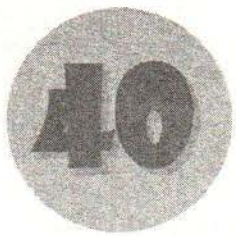
PSIHOLOGIA
PENTRU COPII II



de experimente distractive care te vor ajuta
să-i cunoști pe ceilalți

JONNI KINCHER

Editată de Pamela Espeland

CUPRINS

LISTA PAGINILOR CARE POT FI REPRODUSE VI
CUVÂNT ÎNAINTE DE JIM MATIYA VII
INTRODUCERE 1
Eşti îndrăzneţ sau prudent? 1
Obligaţiile tale în calitate de experimentator 2
Cititul printre rânduri 3
Creează-ţi propriul semn de carte în calitate de experimentator 4
NOTĂ SPECIALĂ PENTRU PĂRINŢI ŞI PROFESORI 10
LA CE FOLOSESC EXPERIMENTELE? 13
Experiment #1: Primesc oamenii ceea ce ei aşteaptă? 14
Experiment #2: Se schimbă oamenii atunci când fac parte 17
dintr-un experiment?
Experiment #3: Oamenii sunt mai mult logici sau mai mult sentimentali? 20
ATITUDINI ŞI CREDINŢE 23
Experiment #4: Cât de uşor sunt păcăliţi oamenii? 24
Experiment #5: Oare oamenii de vârste diferite au păreri diferite despre viaţă? 28
Experiment #6: Cum percep copiii lumea înconjurătoare? 31
Experiment #7: Care sunt atitudinile oamenilor faţă de bani? 34
OPINII ŞI JUDECĂŢI 37
Experiment #8: Poate un cuvânt negativ să schimbe o opinie? 38
Experiment #9: Sunt influenţate opiniile de primele impresii? 44
Experiment #10: Cum fac oamenii judecăţi? 46
PERCEPŢIE 49
Experiment #11: Cum organizează creierul ceea ce vedem? 50
Experiment #12: Influenţează cofeina percepţiile oamenilor? 56
Experiment #13: De cât spaţiu personal au nevoie oamenii? 59
Experiment #14: Putem face diferenţa între atingerea masculină şi cea feminină? 61
COMUNICARE 63
Experiment #15: Cuvintele pe care le folosesc oamenii le dezvăluie personalităţile? 64
Experiment #16: Putem să primim sfaturile părinţilor noştri ca şi cum ar veni de la nişte persoane oarecare? ... 69
Experiment #17: Este vreun mod de comunicare mai bun decât celelalte? ... 71
Experiment #18: De ce punem întrebări? 77
DIFERENŢE DE GEN 81
Experiment #19: Bărbaţii şi femeile gândesc diferit? 82
Experiment #20: Cât de mult ştiu oamenii despre propriul sex? 84
Experiment #21: Vedem în mod diferit fotografiile fetelor şi ale băieţilor? 87
Experiment #22: Văd bărbaţii lucrurile diferit de femei? 90
OAMENI ÎN GRUPURI 95
Experiment #23: Competiţia îmbunătăţeşte performanţa? 96

Experiment #24: Sunt unele persoane mai cooperante decât altele? 98
Experiment #25: Copiii şi adulţii au moduri diferite de a grupa oamenii? ... 101
Experiment #26: Cum ajung indivizii să formeze un grup? 103
AUTOEXPRIMARE 105
Experiment #27: Prin ce se dezvăluie oamenii mai mult: prin arta lor sau prin scris? 106
Experiment #28: Ce dezvăluie scrisul de mână? 108
Experiment #29: Suntem mai mult asemănători sau mai mult diferiţi? 111
Experiment #30: Oamenii sunt mai mult subiectivi sau mai mult obiectivi? 113
COMPORTAMENT 115
Experiment #31: Putem modela comportamentul altor oameni? 116
Experiment #32: Putem condiţiona oamenii să răspundă în anumite moduri? 119
Experiment #33: Ce putem învăţa de la larve? 121
Experiment #34: Putem folosi recompense pentru a schimba comportamentul? ... 124
Experiment #35: Ignorarea unui comportament duce la dispariţia sa? 128
Experiment #36: Putem recompensa creativitatea? 133
Experiment #37: Recompensele şi succesul sunt unul şi acelaşi lucru? 136
MEMORIE ŞI ÎNVĂŢARE 139
Experiment #38: Învăţăm mai mult dacă ne odihnim între activităţi practice? 140
Experiment #39: Este mai uşor să îţi aminteşti ceva semnificativ?..... 142
Experiment #40: Este neputinţa un comportament învăţat? 145
LA FINAL, CE AM ÎNVĂŢAT? 149
Cel mai important experiment dintre toate 150
BIBLIOGRAFIE 153
INDEX 155
DESPRE AUTOR 159

LISTA PAGINILOR CARE POT FI REPRODUSE

Semnul de carte al experimentatorului ... 4
Certificatul de cercetare 6
Foaia cu datele experimentului 7
Idei pentru alte experimente 8
Posibile utilizări în viaţa de zi cu zi 9
Imaginea unui om şi cea a unei nave spaţiale 19
Test de personalitate 27
La ce vârstă? 30
Imaginea feţelor, a stelelor şi a ploii 33
Ce ai face cu 5.000 de dolari? 36
Imagini de oameni 40-43
Test de percepţie vizuală 53
Cum te evaluezi? 54
Iluzii 55
Imagine de cub 58
Exerciţiu cu propoziţii 67
Chestionar 68
Stiluri de comunicare 74
Liste de cuvinte 75
Un puzzle logic 76
Diferenţele de gen 86
Care este bărbat? Care este femeie? 89
Ce este aceasta? 93
Ce dezvăluie scrisul de mână? 110
Experiment privind învăţarea – Pagina I 127
Experiment privind învăţarea – Pagina a II-a 132
Test de creativitate 135
Formular de notare a jocului 138
Carduri de neajutorare 147

Cuvânt înainte

Primul volum al *Psihologiei pentru copii* de Jonni Kincher reuşeşte să facă din autocunoaştere un proces amuzant şi totodată o provocare. *Psihologia pentru copii II* se bazează pe curiozitatea ta naturală, ca să poţi descoperi lucruri despre tine, despre prietenii tăi, colegii de clasă, membri ai familiei şi alţii. În această carte vei găsi 40 de experimente create pentru a te ajuta să descoperi credinţele, atitudinile, percepţiile, diferenţele, stilurile de învăţare ale altor oameni şi mult mai mult decât atât. Deschide oriunde această carte şi vei vedea cât de plăcută şi de inspirată este.

Fiecare experiment este creat ca să fie amuzant şi educativ. Fiecare dintre acestea arată angajamentul personal şi dragostea lui Jonni Kincher pentru psihologie şi învăţare.

Te-ai întrebat vreodată ce gândesc, ce percep sau ce cred ceilalţi oameni? Te-ai întrebat vreodată de ce fac oamenii ceea ce fac? *Psihologia pentru copii II* nu îţi dă răspunsuri la aceste întrebări, ci te ajută să le găseşti singur. Cu această carte şi cu simţul tău de aventură vei găsi răspunsuri la întrebări despre unul dintre cele mai interesante subiecte din lume: psihologia.

Jim Matiya
Profesor de psihologie, Carl Sandburg High School,
Orland Park, IL
Editor, *Psihologie: Grup special de interes al Consiliului Naţional pentru Buletinul de Studii Sociale*

Introducere

Viaţa este ca un labirint gigantic şi plin de hăţişuri, cu nisipuri mişcătoare, scopuri schimbătoare, obstacole surpinzătoare şi fundături. Psihologia este o busolă care te poate ajuta să găseşti drumul bun prin labirint.

Dacă nu îţi plac provocările, atunci jocurile şi puzzle-urile ţi se vor părea o muncă grea, nu o joacă. Nu vei fi foarte încântat că ai reuşit să rezolvi o problemă sau să faci ordine în haos. Dar eu cred că îţi plac provocările, iar acesta este unul dintre motivele pentru care citeşti această carte. Cred că îţi place să înveţi. Că vrei să ştii şi să înţelegi multe lucruri. Dacă oamenii nu ar fi curioşi prin natura lor, atunci nu am fi descoperit niciodată pământuri noi şi nu am fi inventat nicio unealtă. Şi nici de psihologie nu am avea nevoie.

Unul dintre subiectele esenţiale pe care vrem să le cunoaştem suntem noi înşine. Primul meu volum de *Psihologie pentru copii* îi ajută pe tineri să înveţe mai multe lucruri despre ei înşişi cu ajutorul unui set de 40 de teste, denumite „Inventare de stiluri proprii *(Personal Style Inventories* – PSI)". Poate că ai parcurs deja setul de teste. Dacă nu ai făcut-o, poate ţi-ar plăcea să încerci.

Nu ajunge doar să ne cunoaştem pe noi înşine. Ne dorim şi să îi cunoaştem pe ceilalţi. Volumul de faţă, *Psihologia pentru copii II*, te ajută să îi cunoşti mai bine pe ceilalţi, cu ajutorul unui set de 40 de experimente. Toate experimentele au fost create în conformitate cu date ştiinţifice, însă au forma unor jocuri.

Aproape la fel de important ca lucrurile pe care le vei învăţa din această carte este felul în care le vei învăţa: prin experienţă proprie. Vei încerca să te pui în nişte situaţii şi să vezi singur ce se întâmplă. Consideră aceste experimente ca pe un joc amuzant. Fă câteva experimente, mai multe sau mai puţine, sări peste unele sau altele şi repetă-le pe cele care îţi plac cel mai mult. Este posibil chiar să ajungi să vrei să îţi creezi singur propriile tale experimente.

Aproape orice experiment poate fi făcut cu un creion şi o foaie de hârtie. Pentru unele dintre experimente vei avea nevoie însă de mici obiecte, cum ar fi o minge, care nu sunt greu de găsit. De asemenea, se poate să faci mai multe drumuri la xerox. Însă, acel ceva de care vei avea cea mai mare nevoie este reprezentat de ceilalţi oameni. Cu cât reuşeşti să convingi mai mulţi oameni să facă experimentele cu tine, cu atât vor fi mai relevante rezultatele. Oricum, înainte de orice, nu uita să încerci aceste experimente tu însuţi, singur. Cu cât vei face mai multe experimente, cu atât va creşte numărul celor din jurul tău care vor începe să vorbească, să asculte şi să analizeze diferite puncte de vedere. Nu vei fi singurul sau singura care va avea de învăţat de aici.

Eşti îndrăzneţ sau prudent?

Din moment ce tu, în calitate de experimentator, participi la fiecare experiment, trebuie să îţi verifici unele dintre propriile tale atitudini şi convingeri înainte de a începe. Acestea se vor modela pe măsură ce faci experimentul şi în funcţie de cum interpretezi rezultatele acestuia.

Verifică-ţi „PSY-Q"- ul, răspunzând la următoarele întrebări. La fiecare dintre aceste întrebări, alege răspunsul pe care îl consideri cel mai apropiat de ceea ce ai face în situaţia respectivă.

1. Ai un nou program de calculator. Cum înveţi să îl foloseşti?
   A. Te aşezi şi citeşti cartea cu instrucţiuni?
   B. Instalezi programul pe calculator şi, folosind ceea ce ştii deja, foloseşti cartea cu instrucţiuni ca ultimul „colac de salvare"?

2. Cum ai prefera să înveţi să înoţi?
   A. Luând lecţii speciale în acest scop?
   B. Jucându-te în apă până când începe să îţi placă?

3. Pe care dintre acestea crezi că nu le vei uita niciodată?
   A. O poezie pe care ai învăţat-o?
   B. Cum să mergi pe bicicletă?

4. Este mai probabil că vei continua să lucrezi la un proiect în care:
   A. Rolul tău este de a găsi informaţii şi de a face o prezentare formală?
   B. Lucrezi ca să îţi satisfaci propria curiozitate, deoarece vrei cu adevărat să înveţi ceva?

5. Dacă traversezi o stradă necirculată, ce vei face?
   A. Vei merge jumătate de kilometru, ca să traversezi pe trecerea de pietoni, pentru că aşa spune legea?
   B. Te vei uita în stânga şi în dreapta şi vei traversa direct?

6. Atunci când înveţi un joc care are reguli lungi şi complicate, ce faci?
   A. Citeşti toate instrucţiunile înainte de a începe?
   B. Joci cu cineva şi înveţi regulile pe parcurs?

Ce semnificaţie au răspunsurile tale?

- Dacă ai ales mai multe răspunsuri „B" decât „A" înseamnă că eşti îndrăzneţ. Eşti genul de cercetător căruia îi place să înveţe din încercări şi eşecuri, prin implicare directă şi activă.
- Dacă ai ales mai multe răspunsuri „A" decât „B" eşti prudent. Preferi să ştii foarte exact ceea ce vei face înainte de a începe.

Niciunul dintre aceste feluri de a acţiona nu este neapărat mai bun decât celălalt, deşi există situaţii în care ar putea fi indicat ca un om să acţioneze mai degrabă cu îndrăzneală decât cu prudenţă, şi viceversa. Prin ambele modalităţi de acţiune ai numai de învăţat.

Fie că îţi place să te arunci înainte în necunoscut, fie că preferi să studiezi atent terenul înainte de a face pasul decisiv, vei descoperi că *Psihologia pentru copii II* se potriveşte stilului tău de a cerceta. În ce fel crezi că diferă experimentele unei persoane mai degrabă îndrăzneţe de ale uneia mai degrabă prudente? La ce anume ar trebui să acorde o atenţie deosebită fiecare dintre aceste tipuri de personalitate? Este posibil ca cineva mai degrabă îndrăzneţ să piardă detalii importante? Se poate însă, pe de altă parte, ca cineva mai degrabă prudent să piardă timp preţios? (Pentru mai multe detalii despre acest subiect, mergeţi la pagina 16, la capitolul *Crezi că oamenii au un comportament controlabil şi logic sau nu?*)

Obligaţiile tale în calitate de experimentator

Înainte de a începe să te joci cu aceste experimente, citeşte şi semnează *Certificatul de Cercetare* de la pagina 6. În acest certificat sunt prevăzute obligaţiile tale în calitate de experimentator. O obligaţie este o datorie pe care trebuie să ţi-o asumi cu responsabilitate. Atunci când faci un experiment cu oameni sau cu animale, care reprezintă subiecţii experimentului tău, eşti de acord să îţi asumi aceste obligaţii.

În calitate de experimentator grijuliu, trebuie să ai şi o evidenţă a gândurilor, aşteptărilor, experienţelor, rezultatelor şi concluziilor tale. Poţi păstra evidenţa cu creionul pe hârtie sau poţi copia şi folosi *Foaia cu datele experimentului*, de la pagina 7. Trebuie să păstrezi o evidenţă clară pentru fiecare experiment pe care îl faci.

Este oficial...

La ce te gândeşti atunci când îţi imaginezi un experimentator? La un om care lucrează în halat alb şi poartă ochelari într-un laborator? La cineva înconjurat de tot felul de echipamente speciale? Dacă aşa crezi, înseamnă că te gândeşti că nu ai putea fi un experimentator, ceea ce este greşit.

Nu îţi face griji dacă experimentele tale nu sunt organizate în felul celor „oficiale". Dacă eşti un cercetător imperfect, nu te îngrijora, nu eşti singurul.

- Fizicianul Neils Bohr a primit Premiul Nobel pentru descoperirea atomului, în anul 1920. Între timp, fizicienii au hotărât că descrierea făcută de Bohr este greşită. Cu toate acestea, modelul său a fost acceptat mai mult de 50 de ani şi a reprezentat baza multor descoperiri şi invenţii, inclusiv a plasticului. Este foarte important să înţelegi că valoarea unui experiment nu este dată doar de faptul că e corect sau greşit, ci şi de învăţămintele pe care le tragem din el.
- Arthur Fleming s-a întors dintr-o vacanţă şi a constatat că uitase să arunce nişte probe de laborator contaminate înainte de a pleca în călătorie. Tocmai făcea curat, când a observat că mucegaiul care se făcuse pe probe omora bacteriile. Astfel, el a descoperit penicilina, care

de atunci a salvat multe vieţi. Fleming îi spunea penicilinei „suc de mucegai".

Aceste accidente fericite cum este cel al lui Fleming le voi numi „serendipităţi". Cuvântul „serendipitate" provine dintr-o poveste persană despre doi prinţi din ţara Serendip, din anul 420. Regele ţării a hotărât că fiii lui aveau nevoie de mai multă educaţie şi că învăţaseră deja tot ce se putea învăţa din cărţi. Aşa că i-a trimis să exploreze restul lumii într-un fel asemănător celui în care vei face tu când faci experimentele din această carte. Cei doi prinţi au avut multe peripeţii şi au făcut multe descoperiri din întâmplare. Întotdeauna au găsit ceea ce nu căutau.

Cititul printre rânduri

Pe măsură ce înaintezi cu experimentele din această carte, vei observa că poţi să ajungi să te gândeşti la altceva ce ţi-ar plăcea să cercetezi sau să încerci. Copiază tabelul de la pagina 8 şi scrie-ţi ideile. Aşa nu le vei uita. În cele din urmă, cu aceste idei vei face o listă de noi experimente posibile.

Pe măsură ce aduni informaţii din experimente, te poţi gândi la modalităţi de folosire a lor în viaţa voastră cotidiană. Copiază tabelul de la pagina 9 şi completează formularul cu propriile tale idei. Comunică prietenilor ideile tale.

Ori de câte ori adaugi o idee nouă într-unul din tabele, ai grijă să notezi data la care ai avut ideea respectivă şi numărul experimentului pe care îl făceai în momentul acela. Revezi din când în când tabelele tale şi alege o idee pe care să o urmezi în continuare. Ai grijă să notezi dacă şi când optezi să urmezi o idee.

Psihologia pentru copii

1. Cum mă poate ajuta această informație?

2. Cum îmi schimbă propria gândire?

3. Cum îmi modelează acțiunile?

4. Ce altceva sugerează aceste rezultate?

5. Ce altceva mă face pe mine să doresc aprofundarea cunoașterii?

6. Ce altceva ar putea determina aceste rezultate?

7. Care este cea mai simplă explicație a acestor rezultate?

Creează-ţi propriul semn de carte în calitate de experimentator

1. Fotocopiază această pagină.
2. Pe exemplarul tău, taie banda din stânga.
3. Laminează banda sau lipeşte-o pe hârtie mai groasă.
4. Taie marginile.

Ai acum Semnul de carte al experimentatorului. Foloseşte-l ca să îţi marchezi pagina în *Psihologia pentru copii II*. Când ai terminat de făcut experimentele, se poate să ai nevoie de acest semn de carte pentru lucrul cu cartea ta de ştiinţe.

Sugestie: Dacă fotocopiezi semnul tău de carte direct pe carton, nu va mai trebui să îl laminezi sau lipeşti.

Creează-ţi propriile tale experimente

- Observă îndelung. Fii foarte atent, priveşte şi ascultă tot ceea ce poţi, fie că stai la o coadă, mergi la cumpărături sau iei masa. Poate că aşa îţi vor veni idei bune în legătură cu lucrurile pe care ai vrea să le descoperi.
- Ideile pentru experimente încep adesea cu întrebarea „De ce?". Gândeşte-te mult care ar putea fi motivaţiile lucrurilor şi încearcă să îţi imaginezi în situaţii diferite „cum ar fi fost dacă". În curând, vei găsi singur răspunsuri la întrebările pe care ţi le pui.
- De îndată ce ai ideea de pornire, extinde-o gândindu-te care ar fi grupurile pe care ai putea să le compari: adulţi cu copii, dreptaci cu stângaci, persoane de sex feminin cu persoane de sex masculin, locuitori ai oraşului cu cei de la sate, profesori cu studenţi, reprezentanţi ai diferitelor profesiuni, iar lista poate continua la nesfârşit.
- Dacă ai o copie a volumului original *Psihologia pentru copii I*, se poate să vrei să transformi unele dintre testele din acea carte în experimente pe care să le faci cu prietenii tăi. O elevă de liceu din localitatea Little Falls din Minnesota a ales un astfel de test pe care l-a transformat în experimentul numit „Stilurile de învăţare ale copiilor: Care grup este cel dominant în comunitatea de la Little Falls?". Pe măsură ce îţi şlefuieşti abilitatea de experimentator, vei vedea că poţi transforma aproape orice întrebare într-un experiment cu rezultate interesante.

CERTIFICAT DE CERCETARE

1. Nu le voi face nimic celorlalți oameni din ceea ce nu i-aș lăsa pe ei să îmi facă mie.

2. Voi avea grijă ca fiecare dintre cei care iau parte la un experiment să știe ce face, de ce face ceea ce face și care este rolul său. Fiecare participant va fi pe deplin informat, iar eu voi obține acordul lor verbal sau scris în ceea ce privește participarea la experiment.

   Excepție: În unele cazuri, prezentarea tuturor explicațiilor la început poate afecta rezultatele tale și dăuna experimentului. În aceste situații, trebuie să le spui subiecților tăi că nu pot cunoaște toate detaliile de la început, dar că le vor fi prezentate la sfârșit.

3. Voi explica fiecărui participant că poate oricând să se oprească sau să renunțe la experiment, dacă vrea acest lucru.

4. Nu voi face nimic care să facă pe cineva să se simtă sau să pară prost.

5. Nu voi face nimic care să provoace rău oamenilor sau animalelor. Voi avea mare grijă de animale în timpul experimentelor și le voi aduce înapoi în mediile lor naturale atunci când experimentul ia sfârșit.

6. Voi proteja intimitatea subiecților mei.

7. La sfârșitul experimentului, le voi mulțumi subiecților mei pentru timpul acordat și le voi spune tot ceea ce ei nu știu încă despre experiment. Voi prezenta subiecților mei metodele și rezultatele experimentului și mă voi oferi să răspund la orice întrebare ar avea ei de pus în legătură cu acestea.

SEMNĂTURA _____ DATA _____

FOAIA CU DATELE EXPERIMENTULUI

TITLUL EXPERIMENTULUI _____

DATA ÎNCEPERII _____ DATA ÎNCHEIERII _____

CE ÎNCERC SĂ DESCOPĂR _____

_____

_____

CE M-AM AȘTEPTAT SĂ SE ÎNTÂMPLE _____

_____

_____

CE S-A ÎNTÂMPLAT DE FAPT _____

_____

_____

REZULTATE STATISTICE (CÂȚI? CÂT DE MULT? CÂT DE DEPARTE? ETC.) _____

_____

_____

COMENTARII/REACȚII DE LA SUBIECȚII EXPERIMENTULUI _____

_____

_____

CONDIȚII SPECIALE CARE AR PUTEA SĂ FI INFLUENȚAT REZULTATELE EXPERIMENTULUI _____

_____

_____

CONCLUZII: CE SUGEREAZĂ REZULTATELE OBIȘNUTE? _____

_____

_____

CUM VOI FACE ALTFEL ACEST EXPERIMENT DATA VIITOARE? _____

_____

_____

CARE AU FOST PROBLEMELE DEOSEBITE/NEAȘTEPTATE CU CARE M-AM CONFRUNTAT DE DATA ACEASTA? CUM LE POT EVITA DATA VIITOARE? _____

_____

MI-AM ÎNDEPLINIT OBLIGAȚIILE ÎN CALITATE DE EXPERIMENTATOR, ÎN CONFORMITATE CU CEEA CE AM DECLARAT ÎN CERTIFICATUL MEU DE CERCETARE? _____

_____

IDEI PENTRU ALTE EXPERIMENTE

DATA	IDEEA	EXPERIMENT #	URMARE?

UTILIZĂRI POSIBILE ÎN VIAȚA DE ZI CU ZI

DATA	IDEEA	EXPERIMENT #	URMARE?

O notă specială pentru părinţi şi profesori

Experimentele din volumul *Psihologia pentru copii II* se bazează toate pe teorii psihologice şi cercetare, dar aceasta nu este o carte despre metodologie ştiinţifică. Scopul acestor experimente nu este de a „dovedi" ceva şi nici nu întrunesc standardele riguroase ale experimentelor oficiale.

Pentru un experiment „real" este nevoie de resurse şi abilităţi peste nivelul majorităţii cititorilor acestei cărţi. Câteva dintre condiţiile pe care ar trebui să le îndeplinească un experiment planificat din punct de vedere ştiinţific are fi următoarele:

- Existenţa unui număr mare de subiecţi pentru fiecare experiment,
- Alegerea la întâmplare a subiecţilor din rândul populaţiei,
- Cunoştinţe bune de statistică ale celui care conduce experimentul,
- Instrumente sofisticate de cronometrare, de măsurare şi alte echipamente.

Studenţii ar trebui să cunoască termeni ca:

- Controlul grupului,
- Variabile (şi variabile care intervin),
- Deviaţie standard.

Chiar şi experimentele ştiinţifice „reale" eşuează uneori, din cauza multor lucruri care pot merge prost.

Scopul acestei cărţi, cu alte cuvinte, nu este unul ştiinţific, deşi vor fi prezentate o serie de concepte importante privitoare la efectuarea unui experiment. Scopul acestei cărţi este mai degrabă să încurajeze elevii să interacţioneze în feluri noi cu oamenii din jurul lor. Cu ajutorul experimentelor din volumul *Psihologia pentru copii II*, copiii vor avea de câştigat în următoarele direcţii:

- Să îşi asculte părinţii în feluri noi,
- Să înveţe în ce fel sunt răspunzători elevii de noile reguli pe care le introduc profesorii,
- Să privească lumea din punctul de vedere al unui copil mic,
- Să vorbească cu oamenii maturi aşa cum ar avea în mod normal posibilitatea de a o face, deoarece vor discuta opinii, credinţe şi idei,
- Să devină mai conştienţi de mediul înconjurător şi de rolul pe care îl au ei în cadrul acestuia şi să observe ce se întâmplă în jurul lor.

În cele din urmă, volumul *Psihologia pentru copii II* vrea să deschidă apetitul pentru studiul psihologiei academice, la nivelul şcolii primare şi al celei medii şi să încurajeze cât mai mulţi elevi să urmeze studiul psihologiei şi în liceu. Comportamentul uman este în mijlocul tuturor problemelor şi soluţiilor. Pentru ca acest domeniu să meargă înainte, este nevoie de tineri strălucitori, curioşi, angajaţi. Programele şi cursurile de „stimă de sine", care, după unii, ar ţine de psihologie, sunt văzute uneori la nivel şcolar elementar, dar psihologia experimentală academică reală este însă rareori la acest nivel. Aceasta este o omisiune pe care eu am încercat s-o îndrept cu *Psihologia pentru copii II*.

Vreau să subliniez faptul că aceasta nu este o carte „de simţire". Ea se referă la atitudini, opinii, comportamente şi sentimente, dar la un alt nivel decât cel la care acestea sunt abordate de obicei. Cu ajutorul şi prin intermediul acestor experimente pot fi predate şi matematica, ştiinţele, limbajul sau studiul altor culturi. Rezultatele acestor experimente pot fi folosite astfel încât matematica să poată fi predată mai ilustrativ. Importanţa şi impactul limbajului sunt subliniate prin multe dintre experimentele din

această carte. Şi, deoarece acestea sunt nişte experimente, pot fi folosite pentru învăţarea de metode ştiinţifice şi proceduri de adunare meticuloasă a datelor şi de măsurători. Modalităţile de folosire a acestor teste sunt limitate doar de imaginaţia fiecăruia.

Vă prezentăm în continuare câteva sugestii referitoare la modul în care volumul *Psihologia pentru copii II* poate fi aplicat la o programă şcolară:

- Începeţi noul an şcolar cu **Experimentul #9: Primele impresii influenţează opiniile?** şi vorbiţi despre cât de bine este să aveţi „tabla curată".
- Martin Luther King credea în puterea colaborării pentru înfăptuirea lucrurilor mari. Pentru a-i aduce un omagiu, încercaţi **Experimentul # 24: Există oameni mai cooperanţi decât alţii?**
- De ziua preşedintelui, se poate să vă fie util **Experimentul #7: Care sunt atitudinile oamenilor referitor la bani?**
- Pentru 1 aprilie, studiaţi **Experimentul # 4: Cât de uşor pot fi păcăliţi oamenii?**
- O discuţie despre profeţiile care se împlinesc de la sine ar putea fi adecvată unei zile de vineri 13. Puteţi alege **Experimentul #1: Primesc oamenii ceea ce se aşteaptă?**
- Vacanţa de primăvară este despre speranţă şi înnoire. Natura revine la viaţă şi noi facem parcă acelaşi lucru. Aceasta ar putea fi o bună ocazie să alegem **Experimentul #33: Ce putem învăţa de la larve?**
- Sunteţi în căutarea unei activităţi cu ocazia sărbătorii de Halloween, care să fie diferită şi mai educativă decât multe altele? Încercaţi **Experimentul #29: Suntem mai degrabă asemănători sau mai degrabă diferiţi?** Acest experiment special reprezintă o căutare a „fructului perfect". Unde altundeva ar putea fi făcută mai bine? Sau aţi putea aduna dovlecii de Haloween, înainte de a fi scobiţi, şi l-aţi căuta pe cel perfect.
- Pentru Ziua Recunoştinţei, încercaţi **Experimentul #26: Cum ajung oamenii să formeze un grup?**
- Un experiment adecvat pentru sărbătorile din decembrie ar putea fi **Experimentul #5: Au oamenii de vârste diferite concepţii diferite despre viaţă?** Elevii ar putea învăţa să studieze diferenţele între felul în care percep sărbătorile în prezent, faţă de felul în care le percep pe măsură ce înaintează în vârstă. Elevii ar putea să compare şi felul în care percep ei sărbătorile, cu felul în care o fac părinţii lor sau vânzătorii ocupaţi de la magazin.

Există mai multe feluri în care aceste experimente pot fi folositoare, dar cel mai important lucru pe care îl are de oferit volumul *Psihologia pentru copii II* este posibilitatea ca adulţii şi copiii să comunice într-un fel plin de sens. Aceasta nu este doar cheia pentru înţelegerea de sine, ci un drum sigur spre un viitor mai bun pentru omenire.

■

Informaţii pentru cei interesaţi să predea psihologie

Grupul de interes special pentru psihologie (*The Psychology Special Interest Group – Psychology S.I.G.*) este o organizaţie oficială din cadrul Consiliului Naţional pentru Studii Sociale. Scopul organizaţiei este de a arăta, la nivel preliceal, că psihologia este o opţiune posibilă. Membrii organizaţiei primesc informări în timpul anului sub formă de Buletin de ştiri, cu tehnici şi strategii de predare şi resurse, toate legate de psihologie. Buletinul de ştiri informează membrii în privinţa convenţiilor de stat, regionale sau naţionale, legate de predarea psihologiei, locurilor optime în care se pot întâlni cei care predau psihologia şi pot comunica cu alte persoane care fac acelaşi lucru. Pentru mai multe informaţii referitoare la această organizaţie, contactaţi:

National Council for the Social Stduies
8555 Sixteenth Street, Suite 500
Silver Spring, MD 20910
(301) 588-1800
www.socialstudies.org

■

LA CE FOLOSESC EXPERIMENTELE?

Primesc oamenii ceea ce ei aşteaptă?

Ce rezultate obţin cei care fac asemenea experimente? Ai putea crede că rezultatele depind întotdeauna de experiment, de oamenii implicaţi şi de materialele folosite sau de o combinaţie a acestor factori. De fapt, cei care fac experimentele primesc adesea rezultatele la care se aşteptau! Fenomenul se numeşte „împlinirea propriei profeţii" sau „efectul Rosenthal". Acest experiment analizează cum pot atitudinile să determine rezultatele.

SUBIECŢI

- 5 copii în clasa întâi sau a doua
- 10 copii în clasa a cincea sau a şasea, împărţiţi în două grupuri de câte 5 (Grupul A şi Grupul B)

DE CE AI NEVOIE

- 4 asistenţi
- 5 mingi
- Hârtie şi creioane pentru a nota observaţiile şi rezultatele sau o copie a Foii cu datele experimentului, de la pagina 7

CE TREBUIE SĂ FACI

Fă acest experiment întâi cu Grupul A, apoi cu Grupul B. Fiecare din aceste două grupuri se va juca, pasând şi prinzând mingea, cu acelaşi grup de copii mai mici, timp de cinci minute. Grupul A şi Grupul B n-ar trebui să se poată vedea ori auzi unul pe celălalt în timpul experimentului.

1. Spune-le copiilor din Grupul A că vrei ca ei să se joace cu mingea timp de câteva minute cu un grup de copii mai mici, care au calităţi atletice bune. Pune asistenţii să urmărească fiecare grup în timp ce se joacă şi să numere de câte ori copiii mai mici ratează mingea.
2. Spune-le copiilor din Grupul B că vrei să se joace cu mingea timp de câteva minute cu un grup de copii mai mici, care s-ar putea să fie cam neîndemânatici. Din nou, roagă-i pe asistenţi să observe şi să numere de câte ori copiii mai mici ratează mingea.
3. Întreabă ambele grupuri de copii mai mari ce părere au despre felul în care au jucat cei mici.
4. Întreabă grupul de copii mai mici cu care dintre grupurile A şi B s-au distrat mai bine.

CONCLUZII

- Au evoluat diferit copiii mai mici atunci când cei mai mari îi considerau neîndemânatici?
- Au influenţat aşteptările felul în care copiii mai mari s-au raportat la cei mai mici („Aceşti copii sunt buni atleţi" *vs.* „Aceşti copii nu sunt agili")?

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

- Alege orice experiment din carte şi pune doi oameni să îl încerce. Spune-i unuia dintre ei să se aştepte la un anumit rezultat şi celuilalt să se aştepte la rezultatul opus.

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

- Când te aştepţi ca oamenii să te placă, de obicei acest lucru se şi întâmplă. Aşteptările tale te fac să te porţi mai agreabil.
- Când cineva se aşteaptă să fii amabil, sunt mai multe şanse ca tu să răspunzi plăcut decât atunci când persoana îşi face griji că vei fi nepoliticos sau că vei reacţiona rău.
- Aminteşte-ţi să ţii cont de aşteptări. Întreabă-te ce te aşteptai să obţii prin respectivul test, ce te aşteptai să spună sau să facă cealaltă persoană şi ce se aştepta persoana să faci sau să gândeşti tu. Acest tip de întrebări îţi va da indicii despre atitudinile de la începutul experimentului, care au putut juca un rol în ceea ce s-a întâmplat de fapt.
- Acordă atenţie acestui efect experimental atunci când încerci să reuşeşti într-o situaţie. Imaginează-ţi că doi oameni încearcă să rezolve o problemă dificilă. Unul se aşteaptă să reuşească, celălalt să eşueze. Ambii au parte de mici eşecuri pe parcurs. Însă cel care se aştepta să eşueze va renunţa, gândindu-se că ştia deja că nu va reuşi. Cel care se aştepta să reuşească va învăţa din micile nereuşite şi va continua să se îndrepte către scopul propus.

ŞTIAI CĂ?

- Într-un experiment, studenţii au dat un test de inteligenţă. În urma testului, profesorilor li se spune că anumiţi studenţi au obţinut un punctaj ridicat şi că vor face, probabil, progrese remarcabile în următoarele 8 luni. De fapt, aceştia nu obţinuseră punctaje mai ridicate decât ceilalţi studenţi. Singura diferenţă era cea din mintea profesorilor. La sfârşitul anului şcolar, stundeţii au susţinut acelaşi test de inteligenţă ca şi la începutul anului. Cei consideraţi „mai inteligenţi" au obţinut, în medie, cu 4 puncte mai mult dcât restul colegilor. Când li s-a cerut să îi descrie pe studenţii „mai deştepţi", profesorii au folosit expresii precum „mai veseli", „mai curioşi", „mai interesanţi". Alţi studenţi, care au obţinut de asemenea punctaje ridicate, dar se presupunea că nu ar fi trebuit să se afle „în grupul celor deştepţi", au fost descrişi ca „mai puţin pasionaţi", „mai puţin adaptaţi" sau „mai puţin interesanţi".
- Efectul Rosenthal funcţionează şi la animale, nu numai la oameni. Două grupuri de experimentatori efectuau teste pe şobolani. Unuia dintre grupuri i s-a spus că şobolanii cu care lucrează sunt „deştepţi". Celuilalt grup i s-a spus că şobolanii sunt „înceţi". Grupul de şobolani consideraţi „mai deştepţi" a avut o evoluţie mai bună în cadrul testelor decât grupul de şobolani consideraţi „înceţi".
  Urmărind testul de mai jos, vei vedea pe ce poziţie te situezi.

Crezi că oamenii au un comportament controlabil şi logic sau nu?

Crezi că oamenii au sau ar trebui să aibă un comportament logic şi controlabil? Sau crezi că oamenii sunt făpturi misterioase care au apărut în Univers şi se folosesc de „Marea Forţă"? Acestea sunt două puncte de vedere diferite despre comportamentul uman.

Părerile tale despre oameni îţi vor influenţa experimentele. Rezervă-ţi puţin timp să te gândeşti la atitudinile tale înainte de a începe experimentele. Răspunde cu A sau B în funcţie de varianta cu care eşti de acord într-o mai mare măsură.

1. **A.** Oamenii sunt controlaţi de forţe din afara lor.
   B. Oamenii sunt responsabili pentru acţiunile proprii.
2. **A.** Oamenii pot fi studiaţi numai urmărind ceea ce fac.
   B. Oamenii pot fi studiaţi întrebându-i ce gândesc sau ce simt.
3. **A.** Oamenii sunt previzibili.
   B. Oamenii sunt imprevizibili.
4. **A.** Oamenii nu au voinţă liberă.
   B. Oamenii au voinţă liberă.
5. **A.** Oamenii îşi comunică, în mare parte, informaţiile existente de la unul la celălalt.
   B. Oamenii creează, în mare parte, informaţia nouă.
6. **A.** Este cel mai important să afli lucruri noi.
   B. Este cel mai important să experimentezi lucruri noi.
7. **A.** Oamenii nu sunt unici în regnul animal.
   B. Oamenii sunt unici în regnul animal.
8. **A.** Adevărul este absolut (cu alte cuvinte, binele este bine, răul este rău).
   B. Adevărul este relativ (cu alte cuvinte, binele şi răul depind de context).
9. **A.** Viaţa poate fi înţeleasă cel mai bine analizând separat părţile care o compun.
   B. Viaţa poate fi înţeleasă cel mai bine dacă o analizăm în ansamblu.
10. **A.** Este important ceea ce există.
    B. Este mportant ceea ce ar putea fi.
11. **A.** Adevărul ştiinţific este posibil.
    B. Adevărul ştiinţific este imposibil.
12. **A.** Lumea este aceeaşi pentru toţi.
    B. Lumea este descoperită diferit de fiecare individ.

Ce semnificaţie au răspunsurile tale?

- 10-12 răspunsuri A sau B înseamnă că ai o atitudine puternică, de un fel sau altul, faţă de natura umană. Cu cât credinţele tale sunt mai puternice, cu atât este mai probabil să îţi influenţeze experimentele.
- Mai multe variante de răspuns A decât B înseamnă că tu crezi despre oameni că au un comportament logic şi controlabil. Îi percepi mai mult ca pe un fel de maşini care pot fi înţelese pe deplin. Tinzi să crezi că felul în care se comportă oamenii poate fi, cel puţin teoretic, prezis şi programat în întregime.
- Mai mult B decât A înseamnă să gândeşti că oamenii sunt responsabili pentru propriile acţiuni. Îi percepi ca pe nişte spirite libere care nu pot fi definite sau înţelese pe deplin de către ştiinţă.

Cum poate fiecare atitudine să influenţeze experimentele? Oare un cercetător care consideră că oamenii au un comportament logic este mai interesat de experimentele care testează reacţiile ce pot fi măsurate fizic? Oare un cercetător care înclină să considere oamenii spirite libere este mai pasionat de experimentele care explorează atitudinile şi relaţiile interumane?

Se schimbă oamenii atunci când participă la un experiment?

Când oamenii îşi dau seama că iau parte la un experiment s-ar putea comporta altfel decât într-o situaţie din viaţa reală. Acest experiment sugerează că oamenii ar încerca să facă lucrurile cât mai „normal" posibil, chiar dacă nu sunt conştienţi că procedează aşa.

SUBIECŢI

- 6 persoane

DE CE AI NEVOIE

- O copie a Imaginii unui om de la pagina 19 (acoperă imaginea cu aeronava, astfel încât în imaginea ta să apară doar omul)
- Hârtie şi creion pentru subiecţi
- Hârtie şi creion pentru a înregistra observaţiile şi rezultatele pe Foaia cu datele experimentului, de la pagina 7

CE TREBUIE SĂ FACI

1. Arată-i primei persoane care participă la experiment imaginea omului. Lasă-l să privească imaginea aproximativ 10 secunde înainte de a o lua. Apoi, pune-l să deseneze din memorie imaginea şi scrie dedesubt, ca titlu, „Imaginea unui om".
2. Arată desenul primului subiect celui de-al doilea. Nu îl lăsa pe al doilea subiect să vadă fotografia originală din carte. Din nou, pune persoana respectivă să deseneze din memorie şi scrie dedesubt titlul.
3. Arată-i celui de-al treilea participant poza celui de-al doilea şi pune-l apoi să deseneze acelaşi lucru din memorie.
4. Continuă la fel pentru al patrulea, al cincilea şi al şaselea subiect, arătându-i fiecăruia imaginea desenată de persoana dinaintea lui.

CONCLUZII

- Au ajuns desenele să arate din ce în ce mai „normal"?
- Cum poate dorinţa de a face lucrurile să arate „normal" să schimbe experimentul, pe măsură ce subiecţii încearcă să ghicească despre ce este vorba?

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

- Repetă experimentul cu mai mult de şase oameni. Ai găsit un punct de la care desenele încep să nu se mai schimbe atât de mult? Cu alte cuvinte, după ce imaginea devine suficient de „normală", aceasta are tendinţa de a arăta mai puţin schimbată?
- Încearcă un experiment asemănător folosind o propoziţie fără sens, şoptită de una dintre persoane celei de-a doua (ca la „telefonul fără fir"). Ajunge propoziţia fără sens să aibă sens într-un final? De exemplu: „Petele sunt întoarse" poate să ajungă la „Fetele sunt frumoase"?
- Repetă experimentul cu imaginea navei spaţiale de la pagina 19. (Este aceeaşi imagine, răsturnată şi cu un alt nume). Ajung subiecţii să deseneze astfel încât imaginea să semene din ce în ce mai mult cu o navă? Compară desenele lor cu cele făcute pentru „imaginea unui om". Crezi că felul în care subiecţii tăi şi-au amintit

imaginea a fost influenţat de titlu? Dacă este adevărat, cum s-a întâmplat acest lucru?

- Repetă experimentul, doar că de această dată spune-le unora dintre subiecţi care este scopul. Sunt rezultatele diferite?
- Repetă exprimentul cu „imaginea unui om" cu mai multe grupuri. Spune-i fiecărui grup scopul exprimentului dinainte să înceapă, dar dă-i fiecărui grup un scop diferit. Exemplu: „Acest experiment îţi testează memoria". „Acest experiment îţi testează abilităţile artistice". „Acest experiment îţi testează capacităţile creative". Sunt rezultatele diferite de la un grup la altul? Dacă da, în ce sens?

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

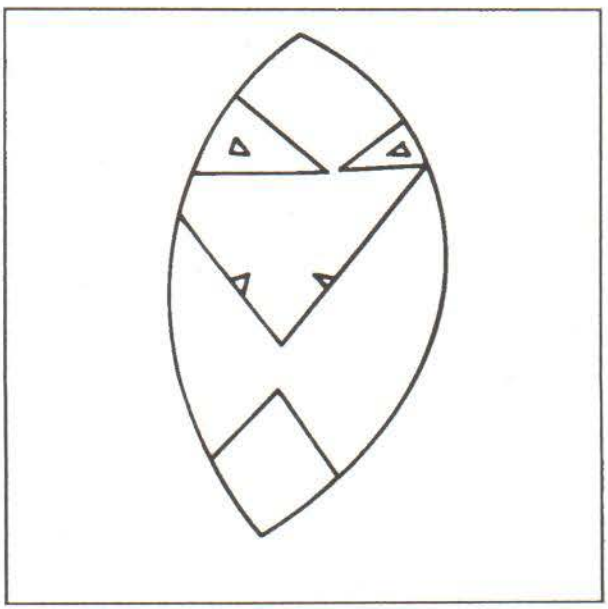
- Oamenii nu reuşesc, de multe ori, să-şi amintească unele lucruri, deoarece nu au reuşit să le observe de la bun început. Dacă eşti mai atent în clasă, probabil nu va trebui să petreci prea mult timp studiind după aceea. Atenţia îţi îmbunătăţeşte memoria.
- Când faci experimente, ajungi să fii un foarte bun obsevator.

ŞTIAI CĂ?

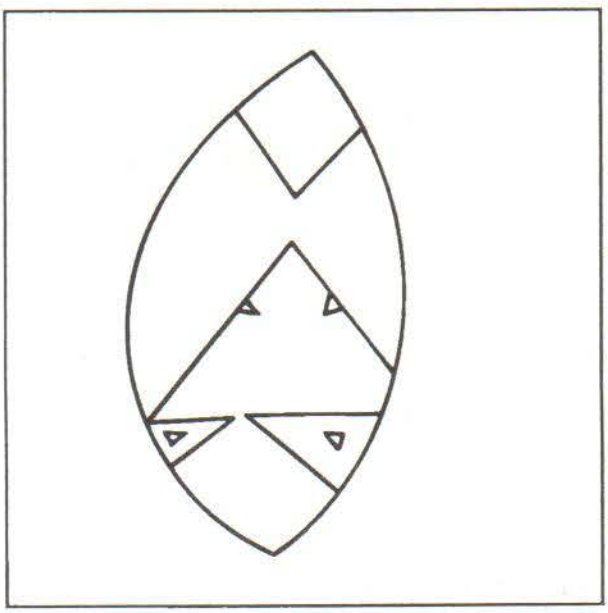
- Nu îţi aminteşti de ceva neapărat aşa cum s-a întâmplat. Cuvintele folosite pentru a descrie un eveniment vor influenţa felul în care ţi-l vei aminti. Exemplu: „A fost un film de groază oribil". „A fost un film de groază amuzant".
- Felul în care un experiment este explicat sau prezentat subiecţilor poate influenţa sau chiar schimba rezultatele.

Puterea observaţiei

Oamenii văd acelaşi lucru în acelaşi timp... dar diferit. Un experiment este o observaţie atent controlată. Poţi vedea singur cum doi oameni percep realitatea exterioară în moduri diferite, printr-o observaţie atentă, dar necontrolată. Observă ceva câteva minute – raţele dintr-un iaz, pisoi jucându-se sau copii care aruncă la coş cu mingea. Scrie tot ce percep simţurile tale. Dacă vântul duce câteva fire de nisip, notează acest lucru. Dacă un camion trece cu un zgomot puternic sau cu scârţâit de frâne, notează-ţi. Pe de altă parte, cere-i unui prieten să observe acelaşi lucru ca tine. Apoi, peste câteva minute controlează notiţele. Probabil acestea vor fi diferite. Cum îţi explici acest lucru?



IMAGINEA UNUI OM



IMAGINEA UNEI NAVE SPAȚIALE

Oamenii sunt mai mult logici sau mai mult sentimentali?

Fiecare experiment este afectat de credinţele şi atitudinile subiecţilor. Din acest motiv este de ajutor să afli mai multe despre credinţele de bază ale omului obişnuit. De exemplu, oamenii sunt mai mult logici sau mai mult sentimentali? Dacă sunt logici, ar trebui să poţi prevedea alegerile lor în acest experiment, poate şi în altele.

SUBIECŢI

- 3 persoane sau mai multe

DE CE AI NEVOIE

- *Un asistent*
- *O pereche de cărţi de joc*
- *52 de piese, precum monede sau nasturi*
- Hârtie şi creioane pentru notarea răspunsurilor de către participanţi; împarte hârtia în 4 coloane, pe care să le etichetezi „inimă", „vârf de lance", „romb" şi „treflă" (vei avea nevoie de câte o foaie de hârtie, pentru ca fiecare subiect să îşi noteze răspunsurile)
- Hârtie şi creion pentru înregistrarea observaţiilor şi a datelor şi Foaia cu datele experimentului, de la pagina 7

CE TREBUIE SĂ FACI

Susţine experimentul cu fiecare participant.

1. Pune monedele sau nasturii într-o grămăjoară în mijlocul mesei.
2. Explică faptul că vei întoarce cărţile pe rând. Apoi, zici: „Înainte să întorc o carte, spune-mi dacă va fi inimă sau nu va fi inimă. De fiecare dată când ai dreptate îţi dau o monedă, de fiecare dată când greşeşti îţi iau una".
3. Expune toate cărţile. Pune asistentul să noteze răspunsurile aşa cum îţi sunt date, într-un tabel.

Repetă cei trei paşi pentru fiecare dintre participanţi.

CONCLUZII

- De câte ori a ales participantul?
- Cum explici comportamentul lor?
- Cum îl explică subiecţii? Întreabă-i. Câţi dintre ei au încercat să-şi dea seama matematic la ce interval va apărea inima? Câţi au ales inima atunci când „simţeau ei"?
- Crezi că aceşti oameni îşi folosesc mai mult logica sau mai mult sentimentele? Sugestie: Dacă participanţii îşi folosesc logica ar trebui să aleagă inima de un număr de ori echivalent cu un sfert din numărul cărţilor, deoarece una din patru cărţi are semnul „inimă".

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

- Repetă experimentul cu oameni de diferite vârste, sexe sau ocupaţii.
- Te-ai aştepta ca un inginer să se comporte altfel decât un artist? De ce da şi de ce nu?

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

- Deoarece oamenii nu sunt, în general, complet logici atunci când le este teamă, speră sau visează, ei ar putea să nu reacţioneze aşa cum te aştepţi, de fiecare dată.
- Fă-ţi propriul test al logicii din când în când pentru a ţine evidenţa temerilor, speranţelor şi dorinţelor tale. Acest lucru te va ajuta să fii realist şi este o modalitate bună ca să nu te simţi dezamăgit. *Exemplu:* Ar trebui oare să fii dezamăgit dacă nu obţii 20 de succese unul după celălalt? Verifică numărul celor dintr-o profesie care se descurcă atât de bine. Ar trebui să-ţi faci griji că ai putea să te îmbolnăveşti grav? Caută statisticile. De multe ori vei găsi aceste informaţii liniştitoare.

ŞTIAI CĂ?

- Şansele tale de a câştiga la loterie sunt cam de 1 la 4 milioane.
- Şansele tale de a muri într-un accident aviatic sunt 1 la 4.600.000.
- Şansele tale de a muri într-un accident de maşină sunt cam de 1 la 125.

Cu toate acestea, oamenii continuă să creadă că ar putea câştiga la loterie şi alţii continuă să considere avionul mai periculos decât maşina. Tu ce crezi?

ATITUDINI ȘI CREDINȚE

Cât de uşor sunt păcăliţi oamenii?

Oamenii cred adesea ceea ce vor să creadă. Ei cred ceea ce îi face să se simtă bine sau ceea ce se potriveşte cu ce credeau deja. Acest experiment verifică ce se întâmplă uneori din această cauză.

SUBIECŢI

- Cel puţin 3 persoane

DE CE AI NEVOIE

- Copii ale Testului pentru personalitate, de la pagina 27, una pentru fiecare participant
- Creioane pentru participanţi
- Hârtie şi creion pentru înregistrarea observaţiilor şi a datelor şi Foaia cu datele experimentului, de la pagina 7

CE TREBUIE SĂ FACI

1. Roagă fiecare participant să dea testul de personalitate. Pune-l pe fiecare să-ţi spună ce vede în fiecare din cele trei pete de cerneală.
2. După ce au dat testul, prefă-te că ai căuta înţelesul răspunsurilor lor în carte. Citeşte profilul fals de personalitate fiecăruia dintre subiecţi (fără titlul adevărat, desigur) şi apoi întreabă-i cât de bine cred ei că li se potriveşte profilul citit.

Profilul fals al personalităţii

Ai o nevoie puternică de a fi admirat şi plăcut. Tinzi să fii critic cu tine însuţi atunci când nu e nevoie să fii. Ai foarte mult potenţial pe care l-ai putea folosi în propriul avantaj, dar pe care deocamdată îl foloseşti pentru distracţii la întâmplare.

Ai câteva puncte slabe ale personalităţii, dar reuşeşti să le ascunzi destul de bine. De obicei, reuşeşti să pari calm şi controlat în exterior, deşi eşti îngrijorat sau nesigur de fapt. Uneori, îţi faci griji că nu ai luat decizia corectă sau că nu ai făcut „ce trebuia".

Nu îţi place să-ţi fie îngrădită libertatea cu tot felul de reguli fără rost. Dacă cineva vrea să te facă să-ţi schimbi părerea ar trebui să dovedească faptul că are dreptate, deoarece eşti o persoană care gândeşte de una singură. Îţi place o anumită doză de schimbare şi varietate în viaţă. Cu toate că uneori eşti sociabil, simţi şi nevoia de linişte şi intimitate. Uneori, simţi că oamenii din jur nu înţeleg. Alteori, ai impresia că eşti singura persoană care nu se integrează şi că toţi ceilalţi „pricep tot".

Unele dintre speranţele tale pentru viitorul succes pot părea egoiste sau nerealiste.

CONCLUZII

- Ce este în neregulă cu profilul fals al personalității?
- De ce se lasă oamenii păcăliți de descrieri precum aceasta? (Descrierile sunt foarte generale. Majoritatea dintre noi umplu spațiile în care lipsește informația cu propriile idei despre propria persoană).

Motivul pentru care participanții sunt de acord cu această descriere unică este că, fiind foarte generală, prezintă percepțiile pe care mulți oameni le au asupra lor înșiși într-un moment sau altul. Exemple:

1. Ai o nevoie puternică de a fi admirat și plăcut (aproape toți avem această nevoie).
2. Tinzi să fii critic cu tine însuți atunci când nu e nevoie să fii (aproape toți facem asta).
3. Ai foarte mult potențial pe care l-ai putea folosi în propriul avantaj, dar pe care deocamdată îl folosești pentru distracții la întâmplare (cine oare nu face asta cel puțin din când în când?).
4. Ai câteva puncte ale personalității slabe, dar reușești să le ascunzi destul de bine. (Cuvântul-cheie este CÂTEVA și tuturor ne place măcar să credem că ne putem ascunde bine slăbiciunile.)
5. De obicei, reușești să pari calm și controlat în exterior, deși ești îngrijorat sau nesigur de fapt. (Cuvântul-cheie este DE OBICEI.)
6. Uneori, îți faci griji că nu ai luat decizia corectă sau că nu ai făcut „ce trebuia". (Cuvântul-cheie este UNEORI.) Aproape toți ne facem griji în acest sens uneori.)
7. Nu îți place să-ți fie îngrădită libertatea cu tot felul de reguli fără rost. (E improbabil să-i placă vreunui om.)
8. Dacă cineva vrea să te facă să-ți schimbi părerea ar trebui să dovedească faptul că are dreptate, deoarece ești o persoană care gândește de una singură. (Chiar și celor dintre noi care nu decid singuri le place să creadă că fac asta.)
9. Îți place o anumită doză de schimbare și varietate în viață. (Cuvintele-cheie O ANUMITĂ DOZĂ. Rareori nu-i place cuiva o schimbare, o variație în viață.)
10. Cu toate că uneori ești sociabil, simți și nevoia de liniște și intimitate (Cuvântul-cheie este UNEORI. Cu toții ne simțim în primul sau în al doilea fel uneori.)
11. Uneori simți că oamenii din jur nu înțeleg. Alteori ai impresia că ești singura persoană care nu se integrează și că toți ceilalți „pricep tot". (Dacă aici nu identifici cuvântul-cheie, nu-i nimic.)
12. Unele dintre speranțele tale pentru viitorul succes pot părea egoiste sau nerealiste (Există oare o singură persoană care să nu fie *niciodată* egoistă? Cine nu are *niciodată* speranțe nerealiste?).

- De ce le place oamenilor să creadă că un alt om le poate spune cum sunt sau le poate dezvălui viitorul lor? De ce nu cred ei în propria evaluare la fel de mult sau mai mult?

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

- Fă-ți propriul test de falsă personalitate cu fotografii sau imagini. Apoi, inventează-ți un fals profil psihologic. încearcă să scrii astfel încât orice persoană să poată crede că este vorba despre el sau ea.

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

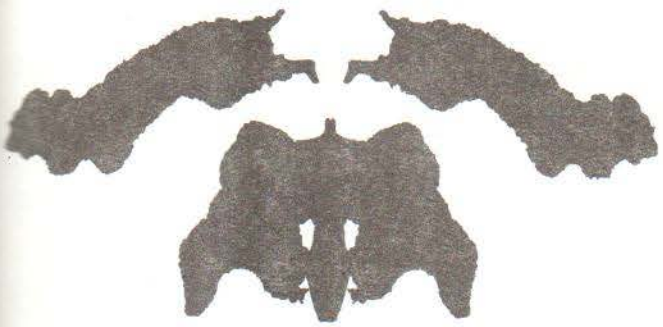
- Oamenii cred, în general, lucrurile care se spun despre ei. Faptul că știi acest lucru ar trebui să-ți amintească să fii prudent în legătură cu:
- bârfele care se spun despre alți oameni
- tendința de a crede ceva rău despre tine
- credința în lucruri neștiințifice care se presupune că te informează asupra ta, precum horoscopul sau prezicătorii.

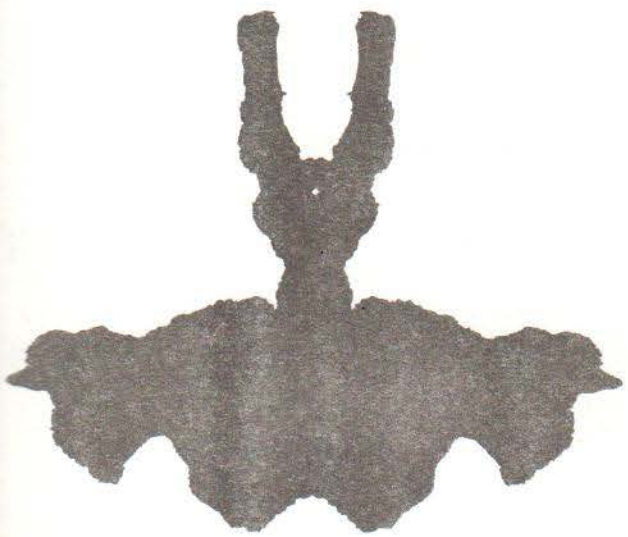
ŞTIAI CĂ?

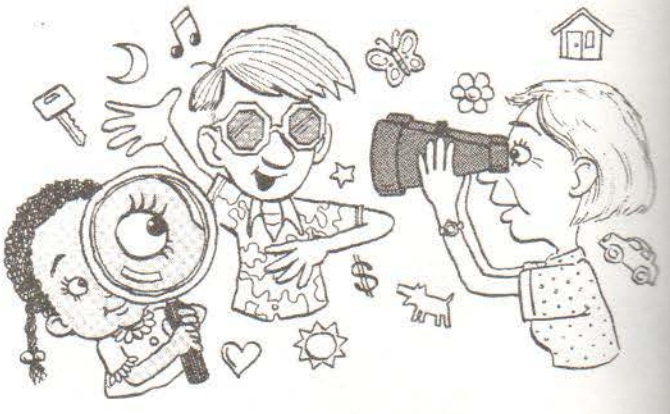
- Prezicătorii folosesc trucuri psihologice pentru a-i păcăli pe oameni că ei cunosc viitorul. Însă ceea ce ştiu de fapt este să vorbească la modul foarte general şi să prindă informaţii despre cineva fără ca persoana să-şi dea seama. Acestea sunt câteva dintre trucuri:
- Le spun tuturor bărbaţilor tineri că femeile îi cred atrăgători
- Le spun tuturor femeilor care par triste că vor avea o ceartă cu soţul.
- Dacă persoana pare uimită de ceea ce spune ghicitoarea, aceasta schimbă direcţia. *Exemplu*: Ghicitoarea spune „îl văd pe fratele tău", iar tu pari uimită, pentru că nu ai un frate. Atunci ea schimbă direcţia: „nu, voiam să spun pe sora ta sau pe o fată pe care o cunoşti"... Dacă nu mai pari uimit, ghicitoarea continuă pe aceeaşi idee.

TEST DE PERSONALITATE

Priveşte fiecare pată de cerneală. Ce vezi?







Oare oamenii de vârste diferite au păreri diferite despre viaţă?

Viaţa este un experiment uriaş. Înveţi pe măsură ce trăieşti. Diferite „lecţii" sau descoperiri pot părea mai importante la diferite vârste sau stadii ale vieţii. Acest experiment te ajută să vezi felul în care se schimbă lucrurile care contează pe măsură ce trăim şi învăţăm din marele experiment pe care îl reprezintă viaţa.

SUBIECŢI

- Oricâţi oameni de vârste diferite (cu cât diferenţa de vârstă dintre cel mai tânăr şi cel mai vârstnic este mai mare, cu atât mai bine)

DE CE AI NEVOIE

- Copii ale testului *La ce vârstă?* de la pagina 30, unul pentru fiecare participant
- Creioane pentru subiecţi
- Hârtie şi creion pentru înregistrarea observaţiilor şi a datelor şi Foaia cu datele experimentului, de la pagina 7

CE TREBUIE SĂ FACI

1. Prezintă-le testul, spunându-le că în el apar citate ale oamenilor de la 6 la 81 de ani.
2. Pune-i pe participanţi să facă testul.
3. Verifică-le răspunsurile şi corectează greşelile. Arată-le răspunsurile corecte.

Răspunsuri

1. 19
2. 7
3. 51
4. 81
5. 7
6. 66
7. 6

CONCLUZII

Subiecţii au fost, probabil, în stare să ghicească citatele ce aparţin celor de 6 sau 7 ani

- În ce fel diferă părerile celor mai tineri de ale celor mai în vârstă?
- Este răspunsul unei persoane mai tinere întotdeauna mai uşor de reperat?
- Ce au în comun răspunsurile persoanelor mai în vârstă?

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

- Crează-ţi propriul sondaj pentru a afla ce au învăţat oamenii de vârste diferite din viaţă. Sau inventează o întrebare pe care să le-o pui oamenilor de vârste şi ocupaţii diferite. *Exemplu:* „Ce părere ai despre zilele de naştere?"
- Copiii pretind adesea să facă lucruri de adulţi. Vorbeşte cu câţiva adulţi şi încearcă să-i convingi să facă o serie de lucruri pe care nu le-au mai făcut de când erau copii, cum ar fi să se dea în leagăn, să joace şotron, să sară coarda. După aceea întreabă-i: „Cum te-ai simţit făcând aceste lucruri? Te-ai simţit altfel decât atunci când erai copil?"

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

- Gândeşte-te la lecţiile de viaţă pe care le-ai învăţat. Care a fost cea mai importantă?
- Pe măsură ce se întâmplă tot felul de lucruri în viaţa ta (bune sau rele), eşti tentat să le vezi ca pe lecţii. Este mai probabil să repeţi succesul decât eşecurile. Situaţiile grele, neplăcute, pot fi depăşite mai uşor când suferinţa ta pare să aibă un scop, nu o trăieşti în van.

ŞTIAI CĂ?

- Sentimentele joacă un rol important în felul în care vezi ceea ce vezi. Străinii par asemănători, dar prietenii sunt unici. Clădirea şcolii pare uriaşă în clasa a treia, dar mai mică atunci când revii după absolvirea liceului să-ţi vizitezi profesorii. Un ou la micul dejun poate să-ţi pară bun înainte ca fratele tău să înceapă să vorbească despre locul din care vin ouăle.

LA CE VÂRSTĂ?

Cele şapte citate de pe pagină aparţin unor oameni de vârste diferite:

6 7 7 19 51 66 81

Pe măsură ce citeşti propoziţiile, corelează-le cu vârsta.

___ **1.** „Am aflat că fără probleme nu există nici oportunități".

___ **2.** „Am aflat că nu poți ascunde o bucată de broccoli într-un pahar cu lapte".

___ **3.** „Am aflat că poți învăța ceva de la oricine".

___ **4.** „Am învățat că dacă le zâmbești oamenilor, îți vor întoarce aproape întotdeauna zâmbetul".

___ **5.** „Am aflat că dacă râzi și bei ceva acidulat în același timp, îți va ieși pe nas".

___ **6.** „Am aflat că, de obicei, când fac un lucru cu bunătate este, în general, decizia potrivită".

___ **7.** „Am aflat că dacă împrăștii mazărea în farfurie dai impresia că ai mâncat mai mult".

Citatele sunt din cartea *Trăieşte, învaţă şi dă mai departe*, de H. Jackson Brown, Jr. (Nashvill, TN: Rutledge Hill Press, 1992).

Cum percep copiii lumea înconjurătoare?

Te gândeşti vreodată la vremea când erai mai tânăr şi te întrebi: „Cum puteam eu să fac sau să cred aşa ceva?". Acest experiment te ajută să afli de ce acum lucrurile îţi apar atât de diferite faţă de trecut. Copiii mai mici în mod real gândesc diferit şi au propria lor logică. Într-o zi, în viitor, tu chiar te vei întoarce cu gândul înapoi, la ziua de azi, şi te vei întreba: „Cum puteam eu să fac şi să cred aşa ceva?"

SUBIECŢI

- Un copil de 3 ani
- Un copil de 5 ani

DE CE AI NEVOIE

- Copii ale imaginilor cu feţe, stele şi ploaie, de la pagina 33
- Două pahare din sticlă transparentă, unul scurt şi larg, altul înalt şi îngust
- Un vas cu apă şi un instrument de măsurare
- Hârtie şi creion pentru înregistrarea observaţiilor şi a datelor şi o Foaie cu datele experimentului, de la pagina 7

CE TREBUIE SĂ FACI

Derulează experimentul cu fiecare copil, pe rând.

1. Verifică dacă respectivul copil ştie diferenţa între MAI MULT şi MAI PUŢIN prin următoarele întrebări:
   - Ai prefera să te distreazi MAI MULT sau MAI PUŢIN?
   - Ai prefera MAI MULTĂ mâncare bună sau MAI PUŢINĂ?

   Arată ilustraţiile cu feţe şi întreabă:
   - Care persoană pare MAI PUŢIN fericită?

   Arată ilustraţiile cu stele şi întreabă:
   - Care cutie conţine MAI MULTE stele?

   Arată imaginile cu ploaia şi întreabă:
   - în care poză este MAI PUŢINĂ ploaie?

   Copilul care a putut răspunde la aceste întrebări corect cunoaşte, probabil, diferenţa între MAI MULT şi MAI PUŢIN.

2. Foloseşte măsura pentru a umple pe jumătate paharul scurt. Apoi, pune-l pe copil să privească atent în timp ce torni apa în cel înalt şi întreabă-l în care pahar e MAI MULTĂ apă.
   - „E MAI MULTĂ apă acum, MAI PUŢINĂ sau ACEEAŞI CANTITATE?"

3. Goleşte paharele. Apoi, pune-l pe copil să pună câte o măsură de apă în fiecare pahar. Întreabă-l:
   - „În care pahar ai pus MAI MULTĂ apă?"

CONCLUZII

- Când copilul toarnă singur apa în pahare ar trebui să îşi dea seama că este aceeaşi cantitate... aşa-i? Concluzia pare o aşteptare rezonabilă, dar se şi întâmplă?

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

- Repetă paşii 2 şi 3 ai experimentului cu un alt copil de 5 ani, care nu te-a văzut făcând experimentul cu primul copil de 5 ani. Dacă acesta îţi spune că ambele pahare conţin aceeaşi cantitate de apă, întreabă-l de unde ştie asta.
- Repetă experimentul cu mai mulţi copii de vârste diferite. Pentru rezultate optime, găseşte cât mai mulţi copii de 3 şi 5 ani. Notează şi compară rezultatele.

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

- Cum te-ai purta dacă nu ai şti ceea ce ştii despre lumea înconjurătoare? *Exemplu:* Crezi că ar fi posibil să sări de pe un acoperiş?
- Când te afli în preajma unor copii, încearcă să nu-i vezi ca pe miniaturi ale tale sau ale prietenilor tăi. Ei chiar văd lumea altfel şi ceea ce ţie ţi se pare joacă, lor li se poate părea real.

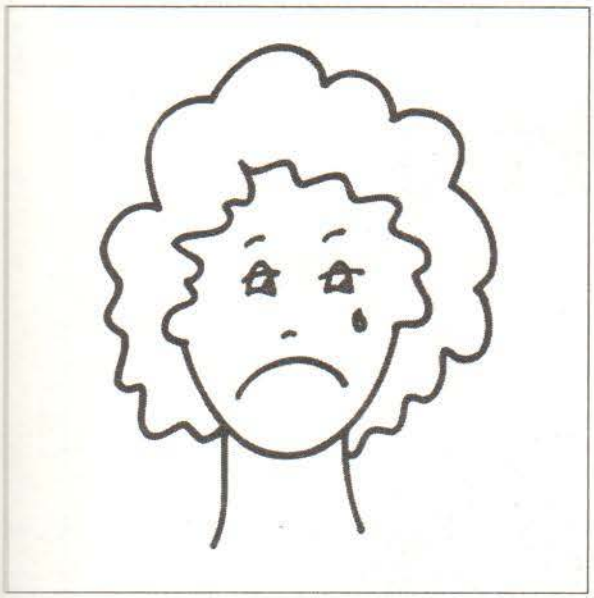
Logica copiilor

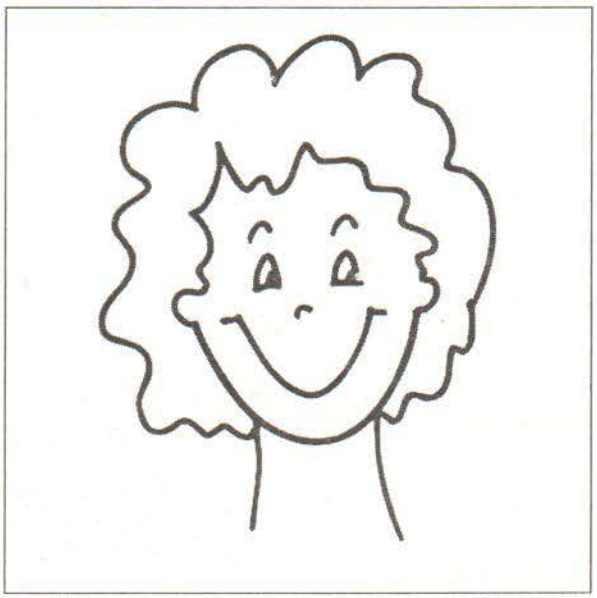
Jean Piaget, un psiholog elveţian celebru, a aflat că de obicei copiii de 3 ani cred că este mai multă apă în paharul mai înalt decât în cel scurt şi larg, chiar dacă văd că aceeaşi cantitate de apă e turnată în acestea. (Tu ai descoperit acelaşi lucru?)

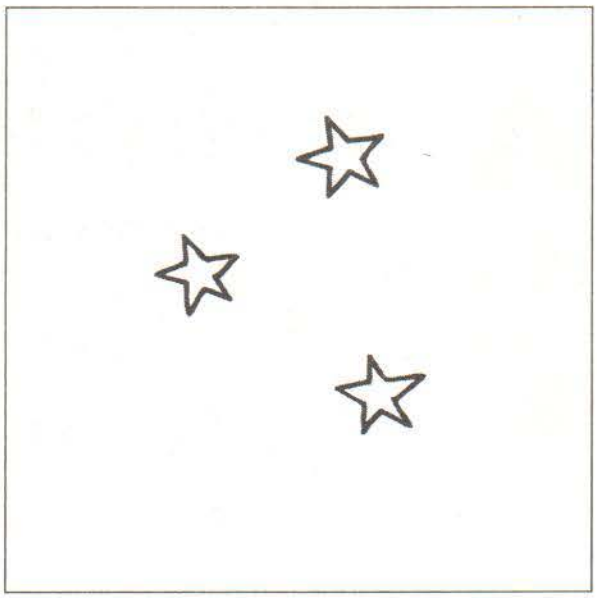
Studiile mai recente arată că gândirea copiilor este totuşi mai logică decât sugerau studiile lui Piaget. De exemplu, când un copil de 4 ani a fost întrebat de ce o piatră nu poate merge, acesta a răspuns: „Pentru că nu are picioare". Când a fost întrebat dacă păpuşa poate merge, acesta a răspuns din nou că nu. „Deoarece picioarele păpuşii sunt doar o joacă".

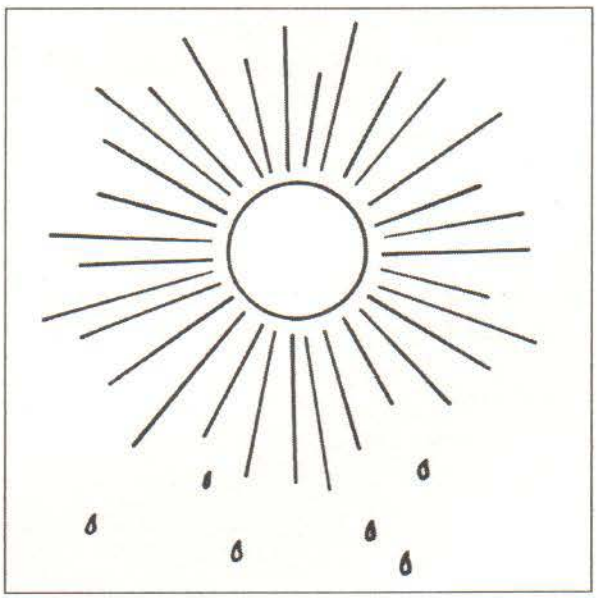
Într-un alt studiu, unui copil i s-a cerut de către cercetător să numească „vacă" un câine. Când cercetătorul a întrebat dacă vaca are coarne, copilul a răspuns: „Desigur, dacă unui câine i se spune vacă, atunci trebuie să aibă coarne. Un astfel de câine, numit vacă, trebuie să aibă nişte coarne mici".

Uneori, când adulţii pun, în astfel de experimente, întrebări naive copiilor, aceştia răspund cu răspunsuri la fel de naive, doar pentru a se distra. Ar putea gândi că adultul doar se joacă cu ei. Cum poate acest lucru să afecteze rezultatele experimentelor?









Care sunt atitudinile oamenilor faţă de bani?

Atitudinile pe care oamenii le au faţă de bani îţi pot da cheia privitor la ce cred ei că este mai important în viaţă – să faci, ori să ai. Acest experiment explorează unele moduri în care oamenii văd şi utilizează banii.

SUBIECŢI

- Oricâţi oameni vrei să testezi

DE CE AI NEVOIE

- Copii ale chestionarului „Ce ai face cu 5.000 de dolari?" de la pagina 36, unul pentru fiecare
- Creioane pentru participanţi
- Hârtie şi creion pentru monitorizarea răspunsurilor. Scrie pe o bucată de hârtie „participanţi bărbaţi", pe alta, „participanţi femei" şi împarte spaţiul în coloane numerotate de la 1 la 10 (pentru întrebările din chestionar)
- Hârtie şi creion pentru înregistrarea observaţiilor şi a datelor şi o Foaie cu datele experimentului, de la pagina 7

CE TREBUIE SĂ FACI

1. Dă-i fiecărui participant câte o copie a chestionarului „Ce ai face cu 5.000 de dolari?"
2. Colectează chestionarele completate şi notează răspunsurile.

CONCLUZII

- Subiecţii care au ales numere impare preferă să cheltuiască banii pe experienţe. Cei care au ales numere pare preferă banii în formă concretă – ca bani sau ca obiecte
- Spre ce sunt îndreptaţi cei mai mulţi dintre subiecţii tăi: spre experienţe sau spre obiecte?

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

- Compară răspunsurile participanţilor femei şi bărbaţi. Poţi trage vreo concluzie?
- Schimbă prima parte a chestionarului şi scrie „Ai ECONMISIT 5.000 dolari" (în loc de „Ai CÂŞTIGAT 5.000 dolari"). Apoi, testează varianta nouă pe mai mulţi subiecţi şi notează răspunsurile. Răspunsurile în al doilea caz sunt diferite faţă de cele din primul caz?
- Fă un sondaj şi află ce visează oamenii să facă dacă ar câştiga o sumă mare de bani. Pune întrebări, precum „Ţi-ai părăsi slujba?", „Te-ai muta?", „Ce ai cumpăra prima dată?", „Ai dona o parte din bani?".
- Gândeşte-te la propria atitudine faţă de bani. De unde provin atitudinile tale?

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

- Oamenii au „reguli" foarte diferite despre bani, despre felul în care îi împrumută, îi cheltuiesc sau îi economisesc. Cu cât afli mai multe despre oamenii din viaţa ta şi ce cred despre bani şi cu cât seamănă mai mult „regulile" voastre, cu atât vă veţi înţelege mai bine.
- Majoritatea oamenilor nu percep atitudinile faţă de bani drept „atitudini", ci tind să le privească drept fapte. Verifică acest lucru printr-o examinare simplă. Întreabă mai mulţi cunoscuţi ce sunt banii. Răspunsurile lor vor fi foarte diferite şi fiecare va considera că are dreptate.

ŞTIAI CĂ?

- O sursă majoră de ceartă în căsnicii sau prietenii o reprezintă banii – ce să facem cu ei sau, mai grav, ce să facem fără ei.
- Adesea, când unele state pornesc război este şi din cauze economice, nu numai filosofice.

CE AI FACE CU 5.000 DE DOLARI?

Ai câştigat 5.000 de dolari. Îi poţi cheltui pe orice din lista de mai jos. Trebuie să alegi cinci lucruri diferite. Marchează fiecare dintre opţiunile tale.

___ **1.** Cină în restaurante scumpe

___ **2.** Haine

___ **3.** Călătorii/vacanțe

___ **4.** Contul de economii

___ **5.** Evenimente sportive sau muzicale (concerte, jocuri de fotbal sau baschet etc.)

___ **6.** Lucrări artistice/postere

___ **7.** Jocuri, echipament sportiv (jocuri video, biciclete, patine etc.)

___ **8.** Echipament audio

___ **9.** Cursuri sau pregătiri (exerciții, de relaxare sau educaționale)

___ **10.** Bijuterii

Bifează una dintre variante:

Eu sunt ____ de sex feminin ____ de sex masculin

OPINII ȘI JUDECĂȚI

Poate un cuvânt negativ să schimbe o opinie?

Imaginează-ţi următoarele: Primeşti un test pentru care ai învăţat foarte mult şi vezi un 10 mare. În plus, profesorul tău a scris comentarii pe tot parcursul testului. Găseşti nouă comentarii pozitive („idee buna", „idei excelente" etc.). Dar găseşti şi un comentariu negativ („ai grijă la ortografie" sau „un pic plictisitor aici"). Cât de mult crezi că acest comentariu negativ ar schimba felul în care te simţi în legătură cu acel 10? Acest experiment explorează cum un singur cuvânt negativ poate schimba o viziune mare de ansamblu, care altfel este pozitivă.

SUBIECŢI

- 2 grupe (Grupa A şi Grupa B), fiecare având acelaşi număr de persoane (cu cât mai mulţi, cu atât mai bine).

DE CE AI NEVOIE

- Copii ale pozelor de la paginile 40-43 – un set de poze A pentru fiecare persoană din grupul A şi un set de poze B pentru fiecare persoană din grupul B
- Hârtie şi creion pentru subiecţi
- Hârtie si creion pentru observaţii şi rezultate sau o copie a Foii cu datele experimentului, de la pagina 7

CE TREBUIE SĂ FACI

Sunt patru poze, două pentru fiecare din cei doi oameni diferiţi. Observă că o versiune a fiecărei poze include o listă de cuvinte pozitive. Cealaltă versiune include aproape aceeaşi listă, dar cu un cuvânt negativ.

1. Dă-le tuturor din grupa A copii ale pozelor A-1 şi A-2. Dă-le tuturor din grupa B copii ale pozelor B-1 şi B-2.
2. Cere-le să facă o scurtă descriere a vieţii fiecărei persoane din poze. Ar trebui să includă meseria persoanei, tipul de cartier în care locuieşte, hobby-uri şi interese, tipul maşinii etc.

CONCLUZII

- Compară răspunsurile grupului A cu cele ale grupului B. A determinat acel cuvânt negativ vreo diferenţă în felul în care au judecat subiecţii oamenii din poze?

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

- Repetă experimentul cu liste diferite de cuvinte. Ai putea utiliza o listă cu toate cuvintele negative şi o listă cu un singur cuvânt pozitiv. Un cuvânt pozitiv creează o impresie mai favorabilă.

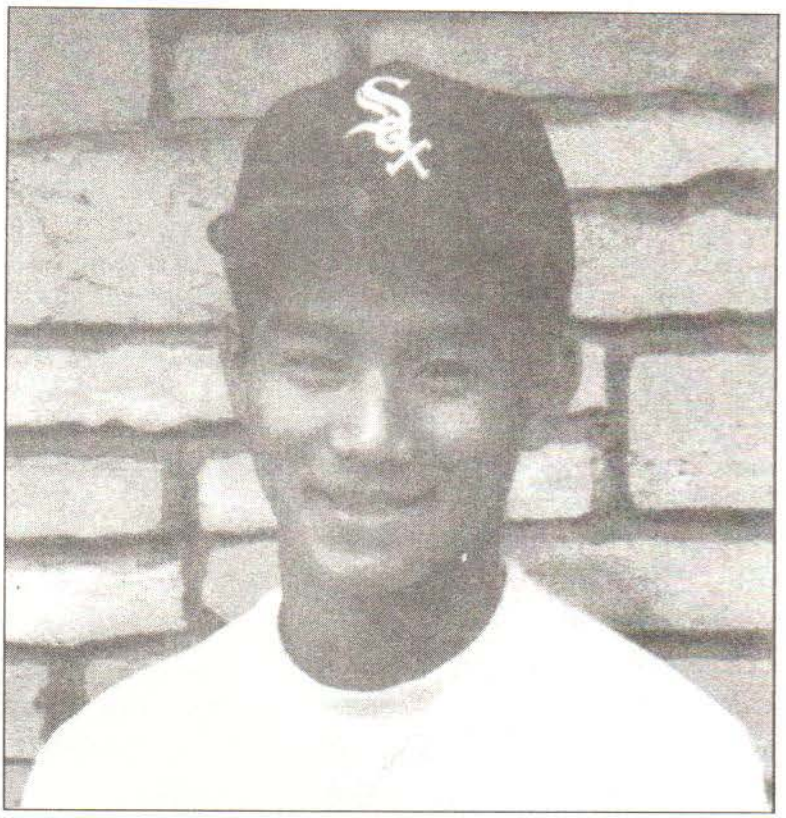
DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

- Este important să realizezi că, dacă spui chiar şi un singur cuvânt negativ despre cineva, poţi schimba felul în care alţii văd acea persoană.
- Pe de altă parte, dacă poţi spune ceva pozitiv despre un om, poţi face mai mult bine decât te aştepţi

ŞTIAI CĂ?

- Oamenii care sunt plăcuţi şi respectaţi datorită unei trăsături de caracter vor fi apreciaţi mai bine şi pentru alte caracteristici care nu sunt atât de remarcabile. Acesta este numit „Efectul de Halo".
- Unui citat atribuit lui Einstein i se dă mai multă greutate decât aceluiaşi citat atribuit unui prezentator TV sau unui personaj de desen animat. (Poţi transforma asta într-un alt experiment.)

A-1



SOCIABIL

IMPORTANT

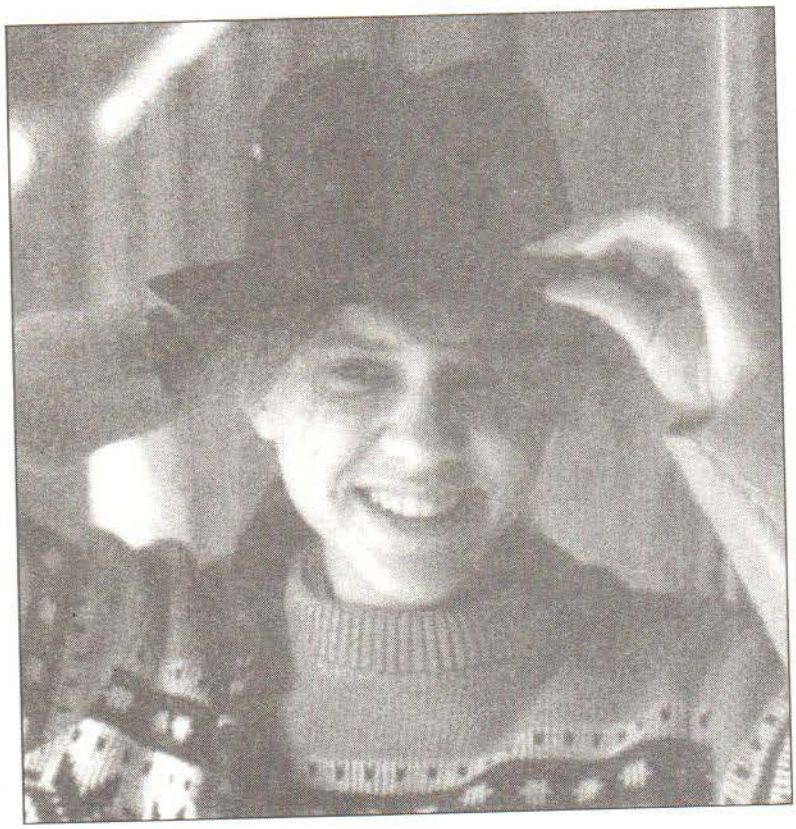
GENEROS

NECINSTIT

HAZLIU

IMAGINATIV

A-2 .



SOCIABIL

IMPORTANT

GENEROS

DE ÎNCREDERE

HAZLIU

IMAGINATIV

B-1

SOCIABIL

IMPORTANT

GENEROS

DE ÎNCREDERE

HAZLIU

IMAGINATIV

B-2

SOCIABIL

IMPORTANT

GENEROS

NECINSTIT

HAZLIU

IMAGINATIV

Sunt influenţate opiniile de primele impresii?

Ştii că datele ajută la formarea opiniilor. Deci, dacă două persoane au aceleaşi date, nu ar trebui să ajungă la aceleaşi opinii? Bineînţeles că asta nu se întâmplă întotdeauna, şi acest experiment ar putea să explice de ce. El sugerează că opiniile sunt formate în ordinea în care sunt aflate datele. Fiecare lucru aflat creează o aşteptare şi dă însemnătate faptelor ce urmează.

SUBIECŢI

- 2 grupuri de câte 3 sau mai multe persoane (Grupul A şi Grupul B)

DE CE AI NEVOIE

- Hârtie şi creion pentru răspunsuri; împarte hârtia în 5 coloane numite „Da", „Nu", „Aş angaja", „N-aş angaja" şi „Motive pentru a angaja/a nu angaja"
- Hârtie şi creion pentru observaţii şi rezultate sau o copie a Foii cu datele experimentului, de la pagina 7

CE TREBUIE SĂ FACI

Fă acest experiment cu un singur grup, în acelaşi timp.

1. Începe cu Grupul A. Spune, „Voi citi o listă de şase cuvinte descriind pe cineva. Apoi, voi pune trei întrebări despre persoana respectiva". Citeşte lista de cuvinte cu voce tare. Fă pauză de două secunde după fiecare cuvânt.
   - Inteligent
   - Muncitor
   - Agresiv
   - Critic
   - Încăpăţânat
   - Gelos

2. Pune celor din Grupul A următoarele trei întrebări. Înregistrează răspunsurile.
   - „Ţi-ar plăcea să cunoşti o astfel de persoană?"
   - „Ai angaja o astfel de persoană pentru compania ta?"
   - „De ce da sau de ce nu?"
3. Repetă paşii 1-2 cu Grupul B, dar foloseşte lista aceasta de cuvinte:
   - Gelos
   - Încăpăţânat
   - Critic
   - Agresiv
   - Muncitor
   - Inteligent

CONCLUZII

- Dacă prima impresie influenţează opiniile, ar trebui ca oamenii din Grupul A să fie evaluaţi mai bine decât cei din Grupul B.
- Observă că listele sunt identice, dar cuvintele sunt în ordine inversă. Pentru Grupul A, cuvintele pozitive sunt înşiruite primele. Pentru Grupul B, cuvintele negative sunt înşiruite primele. Subiecţii experimentului pot face o judecată despre persoana descrisă după ce aud doar primele câteva cuvinte. Când au ajuns să audă ultimele cuvinte, ei deja s-au decis dacă persoana este „bună" sau „rea".

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

- Verifică-ţi atitudinile din când în când. Poate că ai cunoscut pe cineva care nu ţi-a plăcut la început pentru că ai văzut doar „partea rea" şi ţi-ai făcut o opinie bazată pe asta. Poate că persoana merită altă şansă. Sau poate că ai devenit prieten cu cineva ale cărei „părţi bune" le-ai văzut primele, dar acum nu e o prietenie reală. Mai aruncă o privire şi aici.
- Câteodată, oamenii care par greu de pătruns merită cel mai mult să fie cunoscuţi.

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

- Dacă iei note mari la primele teste sau extemporale la un anumit profesor, şansele să iei note mari la altele viitoare sunt puţin mai mari. Dacă, pe de altă parte, iei note medii sau slabe, iţi va fi un pic mai greu sa iei note mai mari, pentru că va trebui să învingi prima impresie rea pe care ai făcut-o. *Sfat:* fă cât de bine poţi de la început.
- Dacă ai un plan de prezentat sau veşti de împărţit, începe cu părţile bune şi lasă părţile rele pentru sfârşit.
- Dacă cineva iţi spune vreodată „Am veşti proste şi veşti bune. Pe care vrei să le auzi prima dată?", întotdeauna cere la început vestea bună. O să te simţi mai pregătit să treci peste veştile rele.

ŞTIAI CĂ?

- O răţuşcă nou-născută va urmări primul lucru pe care îl vede ca şi cum acel obiect (sau persoană, sau animal) e mama ei. Această primă impresie foarte puternică e numită „imprimare". A fost cercetată de Konrad Lorenz.

Cum fac oamenii judecăţi?

Aşteaptă oamenii să cunoască toate faptele înainte de a decide? Sau adună informaţii de-a lungul timpului, ca un bulgăre de zăpadă care se rostogoleşte pe pământ ca să ia mai multă zăpadă? Acest experiment te ajută să afli.

SUBIECŢI

- Două grupuri de oameni (Grupul A şi Grupul B), fiecare grup având un număr egal de participanţi.

DE CE AI NEVOIE

- Două foi de hârtie cu cuvinte scrise pe ele; pe prima foaie, scrie UNGHI/DREPTUNGHI/PĂTRAT/CERC, pe a doua foaie de hârtie, scrie CERC/DREPTUNGHI/PĂTRAT/UNGHI
- Hârtie şi creion pentru înregistrarea observaţiilor şi rezultatelor sau o copie a Foii cu datele experimentului, de la pagina 7

CE TREBUIE SĂ FACI

Fă acest experiment cu un singur grup în acelaşi timp

1. Arată Grupului A hârtia cu cuvintele UNGHI/DREPTUNGHI/PĂTRAT/CERC. Întreabă „Care dintre ele nu se potriveşte cu celelalte trei?"
2. Arată Grupului B hârtia cu cuvintele CERC/DREPTUNGHI/PĂTRAT/UNGHI. Întreabă „Care dintre ele nu se potriveşte cu celelalte trei?"

CONCLUZII

- Subiecţii Grupului A vor spune probabil că CERC nu se potriveşte cu celelalte. Subiecţii Grupului B vor spune probabil că UNGHI nu se potriveşte cu celelalte.

- Dacă chiar asta se întâmplă, înseamnă că subiecţii din fiecare grup se decideau asupra listei când o citeau. Îşi poţi da seama cum au ajuns la concluziile lor? (Prima listă conţine trei forme unghiulare şi apoi una circulară. Drept urmare, CERC nu se potriveşte. A doua listă enumeră trei forme închise şi apoi una deschisă. Drept urmare, UNGHI nu se potriveşte.)

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

- Cere cuiva să dezlege următoarea ghicitoare: „Cuvântul FOLK (engl.) se pronunţă cu „L" surd – FOKE. În cuvântul POLK (engl.), „L" se pronunţă aşa cum se ortografiază. Cum pronunţi tu cuvântul care denumeşte partea albă a oului?" Cele mai multe persoane vor răspunde cu YOKE (engl.,) (rom. – jug), pentru YOLK (engl.,) (rom. – gălbenuş). Dar „yolk" (engl.) este partea galbenă a oului. Albul este ALBUMEN (engl.) (rom. – albuş). Cum se face că cele mai multe persoane răspund greşit la această ghicitoare? Aceasta se întâmplă fiindcă perechea de cuvinte YOKE-YOLK este asimilată celei anterioare: FOLK şi POLK
- Încearcă să formulezi ghicitori similare

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

- Oamenii care te cunosc de mult timp au o idee bună despre cum eşti tu de fapt, dar asta nu este adevărat pentru străini sau pentru oamenii care nu te cunosc de mult timp – un lucru pe care majoritatea oamenilor au tendinţa să-l uite. Aşa cum arată acest experiment, opiniile oamenilor sunt formate odată cu trecerea timpului, nu după ce toate datele sunt cunoscute. Deşi asta nu pare drept, este adevărat. Drept urmare, este probabil o idee bună să te porţi cel mai frumos posibil, mai ales atunci când cunoşti oameni noi.

ŞTIAI CĂ?

- Vânzătorii pot convinge consumatorii să le cumpere produsul folosind o serie de întrebări. Încep prin a le adresa pe cele la care e probabil să primească răspunsul „da". *Exemple:* „Avem vreme frumoasă, nu-i aşa?", „Aceasta este fetiţa ta?", „Nu este acesta un frigider minunat?". Odată ce cumpărătorul este obişnuit să spună „da", vânzătorul alunecă în întrebarea adevărată: „Nu ţi-ar plăcea să ai acest frigider acasă?"

PERCEPȚIE

Cum organizează creierul ceea ce vedem?

Percepţia influenţează atitudinile. Când înveţi anumite lucruri despre percepţie, începi să înţelegi de ce majoritatea oamenilor percep opiniile proprii ca realităţi. Relaţiile sănătoase şi fericite dintre oameni sunt bazate pe înţelegerea reciprocă a punctelor de vedere. Acest lucru e adevărat pentru grupuri, comunităţi sau chiar ţări întregi. Respectarea punctelor de vedere ale altora şi aşteptarea ca şi aceia să ţi le aprecieze pe ale tale e un mod pozitiv, puternic de a relaţiona cu lumea.

Deşi noi toţi vedem lucruri diferite, şi toţi vedem diferit lucrurile, există multe reguli ale percepţiei care par să fie universale. Aceste legi generale au fost descoperite de un grup de psihologi, care au studiat cum organizează creierul nostru ceea ce vede. Psihologii au descoperit că avem tendinţa să completăm imagini care sunt incomplete şi să organizăm ceea ce vedem în modele şi grupuri. Acest experiment îţi dă o şansă să iei parte la descoperirea lor.

SUBIECŢI

- Oricâţi doreşti să testezi

DE CE AI NEVOIE

- Copii ale Testului vizual de percepţie, de la pagina 53, una pentru fiecare subiect
- Copii ale testului Cum te evaluezi, de la pagina 54, una pentru fiecare subiect
- Creioane pentru subiecţi
- Hârtie şi creion pentru înregistrarea observaţiilor şi rezultatelor sau o copie a Foii cu datele experimentului, de la pagina 7
- Un cronometru (opţional; pentru „Investighează mai mult")
- Copii ale ilustraţiilor de la pagina 55 (opţional; pentru Investighează mai mult)

CE TREBUIE SĂ FACI

1. Pune-i pe subiecţi să dea Testul de percepţie vizuală. Pune-i să se semneze. Adună testele.
2. Apoi, pune-i pe subiecţi să completeze chestionarul Cum te evaluezi? Pune-i să se semneze. Adună testele.

Răspunsuri tipice la Testul de percepţie vizuală

Secţiunea A

1. Cerc
2. Pătrat
3. Arc de cerc cu o linie prin el
4. Două triunghiuri

Avem o tendinţă naturală să completăm formele incomplete şi să umplem spaţiile goale. Ai putea să te gândeşti la acest lucru ca la „săritul la concluzii". Fenomenul se întâmplă deoarece oamenii nu se simt bine cu lucrurile care nu sunt terminate. Pe de altă parte, oamenii creativi sunt mai puţin deranjaţi de lipsa completării.

CE SĂ AI ÎN VEDERE

Compară chestionarul cu testul.

Subiecţii care s-au evaluat ca fiind foarte creativi au descris mai des figuri incomplete?

Subiecţii care s-au evaluat ca fiind buni observatori au descris mai des figurile aşa cum sunt ele?

Sfat: Dacă oamenii creativi se simt mult mai confortabil în perceperea figurilor neterminate, am putea trage concluzia că ei ar vedea de asemenea figurile ca fiind incomplete. Tot astfel, am putea presupune că oamenii mai puţini creativi ar resimţi nevoia să dea un sens figurilor. Dar nici una din aceste presupuneri nu e neapărat corectă.

Secţiunea B, partea I:

1. Un pătrat de O-uri şi un pătrat de X-uri

Ai putea lega asta de felul în care presupunem că toţi membrii unui grup (rasial, politic, economic etc.) sunt asemănători.

Secţiunea B, partea a II-a:

1. Coloane de X-uri
2. Patru grupuri

Oamenii, în mod obişnuit, grupează lucrurile care sunt asemănătoare între ele ca făcând parte din aceeaşi categorie, la fel şi pe cele care sunt apropiate spaţial. Aţi putea corela aceasta cu modul în care judecăm oamenii după persoanele din anturajul lor (vină prin asociere) sau cu modul în care noi presupunem că oamenii aflaţi împreună se aseamănă unii cu alţii.

Secţiunea C:

1. O minge de fotbal

Majoritatea oamenilor vor vedea forma unei mingi de fotbal pentru că tendinţa naturală este de a vedea figura care include numărul cel mai mare de elemente din orice ilustraţie. Preferăm să alegem o reprezentare nouă, curată, fără „rămăşiţe" ale altora.

CE SĂ AI ÎN VEDERE

- Subiecţii care s-au evaluat ca fiind foarte sociabili văd acele grupări mai des decât cei care s-au evaluat ca fiind mai puţin sociabili?
- Subiecţii care s-au evaluat ca fiind foarte organizaţi au văzut mai multe sau mai puţine grupări tipice?

CONCLUZII

- Majoritatea subiecţilor au dat un răspuns tipic la Testul de percepţie vizuală?

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

- Repetă experimentul cu stângacii şi cu dreptacii. Percepţiile lor sunt diferite sau similare? Încearcă-l cu bărbaţi şi femei, oameni tineri şi oameni bătrâni, oameni scunzi şi oameni înalţi, profesori şi studenţi. Ce concluzie poţi trage?
- Foloseşte-te de iluziile de la pagina 55 ca să faci mai multe experimente privind percepţia. Copiază-le, decupează-le separat şi arată-le pe rând. *Exemple:* Cât de mult îi ia fiecărui subiect să înţeleagă fiecare iluzie vizuală? Cât de repede pot ei desena magnetul imposibil? Este mai uşor de văzut câinele din pădure de aproape sau din depărtare? Este mai uşor să observe iluzia cu litera „E" dacă li s-a arătat înainte iluzia cu literele „ABC"? (Dacă da, ei ar putea gândi în „termenii" reprezentării literelor.)

Rezolvarea iluziilor

A. Litera E
B. Un om pe un cal
C. Un câine într-o pădure
D. Un semn de intrebare alb pe un fond negru sau o pasăre neagră cu aripile deschise
E. Literele A, B, C
F. Un magnet imposibil... uită-te cu atenţie!

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

- Regulile percepţiei îţi spun multe despre cum creierul organizează lumea. Deoarece grupezi natural lucrurile când acestea arată la fel, trebuie să fii foarte precaut să nu faci acelaşi lucru cu oameni. Aminteşte-ţi că atunci când grupezi oamenii, pierzi din vedere calităţile individuale ale fiecăruia.
- Avem tendinţa să vedem lucrurile care sunt apropiate ca fiind asemănătoare. Ai grijă să nu vezi şi oamenii aşa. Considerând că oamenii gândesc automat sau se comportă la fel doar pentru că sunt din aceeaşi ţară, cartier, şcoală sau familie, ai putea să pierzi şansa de a cunoaşte oameni pe care chiar ţi-ar plăcea să-i ştii.
- În Secţiunea A a Testului de percepţie vizuală, majoritatea subiecţilor erau probabil gata să vadă cercul şi pătratul, chiar dacă figurile erau incomplete în ilustraţii. Acesta este un alt lucru de evitat în relaţiile noastre – completarea unor informaţii care lipsesc şi săritul la concluzii care nu sunt dovedite de fapte.
- Dacă îţi place să ieşi dintr-o mulţime, sau dacă eşti timid faţă de oameni care se uită la tine când eşti într-un grup, doar aminteşte-ţi că modul natural de a vedea lucrurile – şi oamenii – este să îi vezi ca grup. Este foarte improbabil ca oamenii să te fi observat pe tine în particular când eşti înconjurat de alţii.

ŞTIAI CĂ?

Aceste „Reguli ale vederii" pot îmbunătăţi abilitatea ta de a desena:

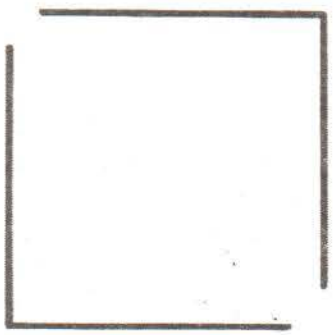
- Obiectele îndepărtate sunt percepute ca fiind mai mici, mai vagi şi mai estompate.
- Obiectele apropiate sunt percepute ca fiind mai mari, mai clare şi mai luminoase.
- Obiectele apropiate se suprapun şi acoperă obiectele din spatele lor dacă sunt în aceeaşi linie de viziune.
- Într-un spaţiu bidimensional, obiectele apropiate îţi par ca fiind jos, iar cele depărtate, sus.
- Când mergi cu maşina, obiectele din apropiere par să se perinde mult mai repede faţă de cele care sunt la distanţă medie. Obiectele la distanţe foarte mari, ca luna, par să te urmărească.

TEST DE PERCEPȚIE VIZUALĂ

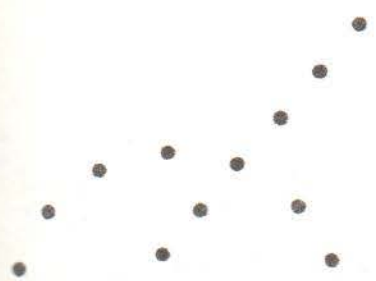
SECȚIUNEA A: LEGEA COMPLETĂRII

1. Ce vezi aici?

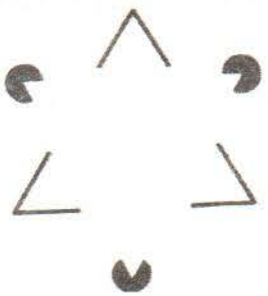
2. Ce vezi aici?



3. Ce vezi aici?



4. Ce vezi aici?



SECȚIUNEA B: LEGILE GRUPĂRII

PARTEA I: ASEMĂNAREA

1. Sunt două pătrate de O-uri și un pătrat de X-uri sau două coloane orizontale de O-uri și X-uri intercalate?

O O X X O O
O O X X O O

PARTEA A II-A: APROPIEREA

1. Sunt acestea coloane de X-uri sau rânduri (orizontale) de X-uri duble?

XX XX XX
XX XX XX
XX XX XX
XX XX XX

2. Câte grupuri de puncte sunt?

SECȚIUNEA C: LEGEA INCLUZIUNII

1. Este aceasta o minge de fotbal, un pătrat cu două colțuri sau două triunghiuri?

_____

Semnătura

CUM TE EVALUEZI?

Citeşte fiecare întrebare, apoi încercuieşte numărul care crezi că te descrie cel mai bine.

0 = redus
3 = mediu
5 = ridicat

Cât de creativ ești? **0 1 2 3 4 5**

Cât de bun observator ești? **0 1 2 3 4 5**

Cât de sociabil ești? **0 1 2 3 4 5**

Cât de organizat ești? **0 1 2 3 4 5**

Semnătura

A

D

B

E

C

F

Influenţează cofeina percepţiile oamenilor?

Ce efect au drogurile asupra percepţiilor noastre? Acest experiment testează un efect al unui drog considerat de majoritatea oamenilor inofensiv şi pe care aceştia îl consumă în fiecare zi.

SUBIECŢI

- Cât de mulţi oameni vrei să testezi dintre cei care deja folosesc cofeina (în cafea, ceai, cacao sau cola)

DE CE AI NEVOIE

- O copie a cubului de la pagina 58
- Un cronometru sau ceas cu secundar
- Băuturi care conţin cofeină (cafea, ceai, cacao, cola), una pentru fiecare subiect
- Hârtie şi creioane pentru a nota răspunsurile; listă cu numele fiecărui subiect, apoi două coloane, denumite „Înainte de cofeină" şi „După cofeină"
- Hârtie şi creion pentru observaţii şi rezultate sau o copie a Foii cu datele experimentului, de la pagina 7

CE TREBUIE SĂ FACI

Repetă cei patru paşi pentru fiecare subiect. Ai putea să completezi paşii 1 şi 2 pentru toţi subiecţii şi să continui apoi cu paşii 3 şi 4.

1. Cere-le subiecţilor să se uite la poza cubului. Spune-le „Veţi observa că poza pare să se schimbe la câteva secunde". Colţul A apare mai apropiat şi colţul B mai depărtat, apoi colţul B apare mai apropiat şi A mai depărtat. Ori te uiţi jos la cutie sau sus la cutie.
2. Spune-i subiectului tău să îţi semnaleze când vede cubul schimbându-se. Cronometrează subiectul un minut. Notează de câte ori te-a semnalat.
3. Pune-ţi subiecţii să bea o cană de cafea, ceai, cacao sau cola cu cofeină.
4. Aşteaptă 15 minute, apoi repetă paşii 1 şi 2.

CONCLUZII

- Subiecţii văd mai multe schimbări înainte sau după cofeină? (Este mai probabil să vadă după cofeină, pentru că aceasta este un drog care accelerează percepţia.)

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

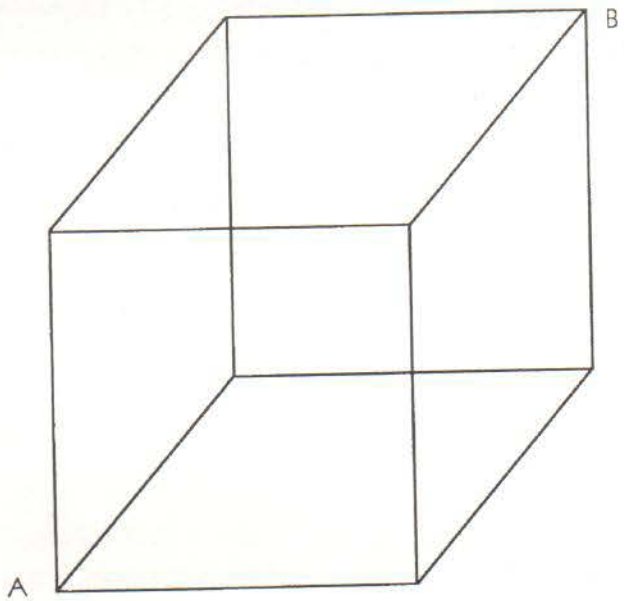
- Cum ar putea percepția accelerată să influențeze felul în care funcționezi în timpul unor sarcini clare, cum sunt: cititul, scrisul, studiatul, ascultatul muzicii, șofatul, vorbitul și ascultatul altor oameni vorbind?
- Fă un sondaj informativ să vezi câți prieteni de-ai tăi folosesc cofeina. Află cât de multă folosesc în medie pe zi. Au uneori probleme cu dormitul? Se simt tensionați, nervoși, speriați, anxioși, stresați, iritați? Toate acestea sunt semne că beau prea multă cofeină.

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

- Dieta ta (ce mănânci și ce bei) nu îți influențează doar sănătatea mentală și fizică, dar și starea sufletească. Îți afectează totodată și felul în care vezi lumea. Când adaugi acest lucru la celelalte multe care îți influențează percepția e ușor de înțeles de ce nu există doi oameni care să vadă lucrurile exact la fel.

ȘTIAI CĂ?

- Cofeina este o otravă ușoară? Doza fatală pentru oameni este 60-100 de cești zilnic.
- E posibil să devii dependent de cofeină cu doar 200-400 miligrame pe zi – 4 cutii de cola sau 4 cești de cafea.


B
A

De cât spațiu personal au nevoie oamenii?

Atunci când te gândești la explorarea spațiului, probabil că nu te gândești la spațiul pe care îl vei explora în cadrul acestui experiment. Deși descoperirile pe care le vei face nu vor fi știrea zilei, acestea vor fi importante pentru că te vor ajuta să îi înțelegi și să îi tolerezi mai bine pe ceilalți oameni.

SUBIECȚI

- Tu și oamenii dintr-un spațiu public: un magazin, o bibliotecă, cantina de la școală, curtea școlii etc.

DE CE AI NEVOIE

- Vei avea nevoie de un creion și de o foaie de hârtie pentru notarea observațiilor și a rezultatelor, sau de un exemplar al Foii cu datele experimentului, de la pagina 7

CE TREBUIE SĂ FACI

1. Te prefaci că în spațiul public pe care l-ai ales faci acel lucru pe care oricine l-ar face acolo în mod normal. De exemplu, dacă ai ales un magazin, prefă-te că ești la cumpărături.
2. Încet și treptat, apropie-te tot mai mult de o altă persoană. Ai grijă să nu te apropii prea mult de mult încât să o deranjezi sau enervezi.
3. Notează mental reacția persoanei respective. Care este momentul în care el sau ea pare să se simtă inconfortabil și pleacă? Motivul pentru care pleacă persoana respectivă este cumva dorința de a păstra o anumită distanță între voi?

CONCLUZII

- Te-ai simțit vreodată neplăcut când cineva necunoscut s-a apropiat prea mult de tine într-un spațiu public? Poate că te aflai la un magazin de jocuri video și o altă persoană a vrut să se uite pe raftul în fața căruia te aflai tu. Ca să te facă să pleci, persoana respectivă a intrat în spațiul tău personal.
- Culturi diferite și-au dezvoltat reguli diferite pentru spațiul personal. Te-ai gândit oare de ce s-a întâmplat acest lucru? Care ar fi teoria ta?

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

- Dacă eşti fată şi ai printre prietenii tăi un băiat, încearcă acest experiment. La fel, dacă eşti băiat şi printre prietenii tăi se află o fată. Observă dacă prietenul/prietena ta reacţionează la fel ca tine. Poţi trage vreo concluzie de aici?
- Închide ochii. Roagă pe cineva să îşi ţină mâna la o anumită distanţă de braţul tău şi să se apropie foarte, foarte uşor. Când „simţi" că mâna celuilat s-a apropiat foarte mult de a ta, spune „Stop". Deschide ochii. Ce vezi? Ce îţi spune acest lucru despre unde „se opreşte" pielea ta?
- Fă un experiment despre spaţiul personal, la care să participe întreaga şcoală. Organizează perechi de elevi care să stea la câţiva paşi unul de celălalt, iar apoi să se apropie treptat. Cine se simte neplăcut primul? Are importanţă dacă elevii provin din acelaşi mediu cultural? Ce se întâmplă când amesteci oameni din medii culturale diferite? După terminarea experimentului, analizează statisticile. Poţi trage vreo concluzie de aici? Ce îţi arată acest experiment despre diferenţe culturale, diversitate şi toleranţă?
- Vorbeşte cu oameni din alte medii culturale decât al tău. Compară regulile şi obiceiurile din familii. Fă o listă cu lucrurile pe care familia ta le face întotdeauna şi cu cele pe care nu le face niciodată. *Exemple:* Unele familii se aşteaptă ca un om să se descalţe deîndată ce a intrat în casă. Unii permit animalelor de companie să lingă resturile de mâncare direct din farfurii, după cină. Unii spală bunurile preambalate când le aduc acasă de la magazin. Alţii spală bananele înainte de a le mânca. Ţi se par vreunele dintre aceste reguli sau obiceiuri normale? Ţi se pare vreunul neobişnuit? Dacă nu găseşti oameni din medii culturale diferite, atunci compară regulile de la voi din casă cu cele din familiile prietenilor voştri.

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

- Uneori, oamenii care provin din ţări şi din culturi diferite nu se înţeleg, deoarece percepţiile lor sunt fundamental diferite. Ei nu îşi pot înţelege reciproc percepţiile şi nici nu şi le pot comunica foarte clar pe ale lor. Atunci când călătoreşti, sau chiar atunci când vizitezi casa sau vecinătatea altcuiva, intri într-o altă cultură. Familiile, ca şi culturile, au anumite obiceiuri pe care tu nu le cunoşti. Atunci când oamenii fac lucruri care ţi se par nepoliticoase, negândite sau ciudate, încearcă să fii înţelegător. Acţiunile lor ar putea fi perfect acceptabile şi normale în cadrul propriilor lor culturi. Gândeşte-te că şi ei ar putea gândi că tu eşti cel care faci lucruri pe care ei le văd ca nepoliticoase, negândite sau ciudate. Cine este în măsură să spună ceea ce este corect în materie de obiceiuri?

ŞTIAI CĂ?

- Percepţiile şi aşteptările diferite din punct de vedere cultural pot conduce la situaţii ciudate. Spre exemplu, o familie americană nu era prea încântată de comportamentul unui student străin care stătea la ea. Nu au vrut să i-o spună direct în faţă, aşa că au încercat să îşi comunice nemulţumirea prin tăcere. Ei nu ştiau că în mediul din care provenea studentul, oamenii tac adesea atunci când vor să fie singuri. Studentul s-a gândit pur şi simplu că americanii vor să fie singuri şi nu şi-a dat seama că există ceva în neregulă până când familia nu l-a condus în oraş şi l-a urcat în autobuz.

Putem face diferența între atingerea masculină și cea feminină?

Într-o simplă strângere de mână sau bătaie pe umăr, atingerea vă poate spune mult despre ce simte cineva pentru voi și despre el sau despre ea. Acest experiment urmărește să cerceteze dacă o atingere poate revela identitatea cuiva – sau cel puțin dacă este de sex masculin sau feminin.

SUBIECȚI

- Pentru acest experiment, aveți nevoie de o persoană.

DE CE AI NEVOIE

- O eșarfă sau o batistă pentru legat la ochi
- Un număr egal de asistenți de sex masculin și, respectiv, feminin
- O cameră cu covor pe jos (sau asistenții trebuie să se descalțe)
- Un scaun pentru subiectul vostru
- Creion și hârtie pentru notarea răspunsurilor: scrie numele subiectului tău în partea de sus a paginii. Fă o listă cu numele tuturor asistenților și creează două coloane – „corect" și „incorect"
- Creion și hârtie pentru notarea observațiilor și a rezultatelor sau o copie a Foii cu datele experimentului, de la pagina 7

CE TREBUIE SĂ FACI

1. Așază subiectul vostru pe scaun și leagă-l la ochi. Spune-i: „În cameră vor intra mai multe persoane și fiecare dintre acestea te va atinge, pe rând, pe frunte. Încearcă să îți dai seama care dintre ele este de sex feminin și care este de sex masculin. Atunci când crezi că știi, spune «masculin» sau «feminin»".
2. Poftește-i pe rând în cameră pe asistenții tăi, în tăcere, și rămâi și tu tăcut în spatele subiectului tău, care este legat la ochi.
3. Fiecare dintre asistenți trebuie să se apropie în tăcere de subiect și să îl atingă pe frunte, timp de trei secunde, cu un singur deget. Asistenții trebuie să fie cât pot ei de tăcuți, astfel încât să nu dea niciun indiciu despre identitatea lor.
4. Pe măsură ce subiectul tău îi identifică pe asistenți ca fiind de sex „masculin", respectiv „feminin", înregistrează răspunsurile la rubricile „corect" și „incorect" (sau pune pe unul dintre asistenții tăi să le înregistreze). Comportă-te astfel încât subiectul să nu-și dea seama dacă răspunsul pe care l-a dat este sau nu corect până când nu se termină experimentul.

CONCLUZII

- Cât succes a avut subiectul tău în ceea ce privește identificarea genului celor care l-au atins?
- Întreabă subiectul pe ce anume s-a bazat în momentul în care a făcut alegerile. Printre posibilele indicii se poate număra temperatura pielii, presiunea atingerii, existența unui parfum sau a vreunei mireseme, unghiile lungi sau scurte, prezența generală a persoanei etc.
- Care sunt alte modalități prin care subiectul tău și-ar fi putu da seama de identitatea atingerii?

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

- Dacă subiectul tău a fost de sex feminin, alege altul de sex masculin. Compară rezultatele. Poți trage vreo concluzie de aici? Repetă experimentul cu mai mulți subiecți, de sexe diferite. Ți se pare că persoanele de sex feminin și cele de sex masculin se pricep la fel de bine la ghicit, sau ți se pare că reprezentanții unui gen sunt mai buni decât ai celuilalt din acest punct de vedere?
- Repetă experimentul cu asistenți care sunt prieteni ai subiectului tău (sau, dacă în primul caz ai făcut experimentul cu prieteni ai subiectului, repetă-l cu persoane necunoscute pentru subiectul tău). Te aștepți să fie mai ușor pentru subiectul tău să ghicească atingerea unui prieten sau a unui străin?
- Încearcă să porți o bijuterie acolo unde nu porți una în mod obișnuit. *Exemple:* O brățară pe mâna stângă (în cazul în care porți de obicei una pe mâna dreaptă, sau nu porți deloc), un inel pe degetul mijlociu (dacă porți de obicei unul pe degetul inelar sau nu porți deloc) etc. Vezi cât de mult timp îți ia până când nu mai simți atingerea bijuteriei pe pielea ta. Intensitatea reacției sau a răspunsului tău scade în timp. Te obișnuiești. În cele din urmă, te vei simți ca și cum bijuteria nici nu ar mai fi acolo.

Într-un fel oarecum asemănător, societatea ar putea să nu mai observe aspecte cum ar fi poluarea sau violența. Oamenii pot înceta să observe și să aprecieze lucruri plăcute. Te poți gândi la alte exemple ale acestui fenomen?

- Cum este să te obișnuiești cu ceva folositor, dar cu ceva dăunător? Fă o listă cu anumite lucruri cu care te-ai obișnuit. *Exemple:* Poate că trebuie să cobori geamul mașinii ca să deschizi portiera din exterior, deoarece pe interior este stricată deschizătoarea. Deși acest lucru te-a enervat foarte tare la început, acum te-ai obișnuit. Sau poate chiar nici nu mai observi că trebuie să deschizi tot dulapul, ca să ai acces la un singur sertar care nu se deschide. Doar când cineva din afara mediului tău te întreabă de ce faci acest lucru, îți dai brusc seama că te-ai obișnuit cu sertarul stricat.

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

- Atunci când înveți că oamenii au niveluri diferite de sensibilitate, nu doar în ceea ce privește atingerea, dar și zgomotul, lumina, confuzia, și alte aspecte, poți deveni mai tolerant față de anumite comportamente ce-ți păreau nerezonabile. Oamenii aceștia pur și simplu văd mediul înconjurător în alte feluri și au alte nevoi.

ȘTIAI CĂ?

- Există oameni care spun că sunt atât de sensibili la atingere, încât „simt" culorile atunci când sunt legați la ochi. Puteți testa acest lucru având obiecte de culori diferite – roșu, galben, albastru, alb și verde – puse într-o cutie de carton într-o cameră întunecată. Cereți subiectului legat la ochi să încerce să le identifice. Puteți găsi pe cineva cu o astfel de abilitate? (Este destul de improbabil.)
- Există stări rare în care simțurile oamenilor își depășesc sfera obișnuită de percepție, astfel încât oamenii chiar pot „gusta" forme, „simți" culori etc. Acestea nu reprezintă o problemă psihologică sau semnul unei imaginații prea bogate, ci sunt definite ca o condiție neurologică denumită *sinestezie*.

COMUNICARE

Cuvintele pe care le folosesc oamenii le dezvăluie personalităţile?

Ascultând limbajul pe care îl foloseşte cineva, poţi spune din ce parte a lumii provine persoana respectivă. Pe baza accentului acelei persoane, reuşeşti chiar să identifici regiunea din care provine. Crezi, însă, că ai putea să-ţi dai seama de ce gândesc sau ce simt oamenii din cuvintele pe care le folosesc? Acest experiment studiază relaţia dintre cuvinte şi personalitate.

SUBIECŢI

- Subiecţii acestui experiment pot fi un număr nelimitat de persoane adulte.

DE CE AI NEVOIE

- Câte o copie a Exerciţiului cu propoziţii de la pagina 67, pentru fiecare subiect în parte
- Câte o copie a Chestionarului de la pagina 68, pentru fiecare subiect în parte
- Hârtie şi creion pentru fiecare dintre subiecţii voştri
- Hârtie şi creion pentru înregistrarea observaţiilor şi a rezultatelor, sau o copie a Foii cu datele experimentului, de la pagina 7.

CE TREBUIE SĂ FACI

1. Fiecare dintre subiecţi trebuie să completeze şi să semneze Exerciţiul cu propoziţii. Fii atent că termenii din lista de cuvinte pot denumi o acţiune, dar pot şi să descrie ceva.
2. Apoi, fiecare dintre subiecţi trebuie să completeze şi să semneze chestionarul. Este important ca foaia cu chestionarul să le fie dată subiecţilor abia după ce au făcut Exerciţiul cu propoziţii. Altfel, „prima impresie" ar putea să dispară, iar propoziţiile vor fi formulate în funcţie de răspunsurile privind preferinţele lor.

Evaluarea activităţilor

EXERCIŢIUL CU PROPOZIŢII

Adună numărul situaţiilor în care subiecţii au perceput cuvintele ca verbe.

- 0-5 = mai puţină orientare spre acţiune
- 6-10 = mai multă orientare spre acţiune

CHESTIONARUL

- Întrebarea #1: Acordă 2 puncte pentru o activitate fizică (înot, ski, alergat), respectiv 0 puncte pentru o activitate mai liniştită (citit, desenat, gătit).
- Întrebarea #2: Acordă 2 puncte pentru o activitate fizică (campat, plimbat), respectiv 0 puncte pentru o activitate mai liniştită (pescuit, plajă).
- Întrebarea #3: Dă câte 1 punct pentru răspunsurile a şi c, respectiv 0 puncte pentru b şi d.
- Întrebarea #4: Acordă 2 puncte pentru a, 0 puncte pentru b.
- Întrebarea #5: Dă 2 puncte pentru un verb, 0 puncte pentru un substantiv.

Adunarea punctelor obţinute la chestionar:

- Totalul posibil de puncte = 12.
- 0-6 puncte = persoană mai puţin activă
- 7-12 puncte = persoană mai activă.

CONCLUZII

- Pentru fiecare subiect, compară rezultatele obţinute la cele două activităţi. Începe cu studierea rezultatelor obţinute la Chestionar. Subiectul tău este mai activ sau mai puţin activ? Apoi, studiază rezultatele de la Exerciţiul cu propoziţii. Sunt compatibile aceste rezultate?
- Văd oamenii mai activi cuvintele din Exerciţiul cu propoziţii ca fiind verbe?
- Văd oamenii mai puţin activi cuvintele din Exerciţiul cu propoziţii ca fiind substantive sau adjective?

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

- Foloseşte rezultatele de la Exerciţiul cu propoziţii şi de la Chestionar ca să compari răspunsurile femeilor cu cele ale bărbaţilor.
- Gândeşte-te la o situaţie care te supără: „.....MĂ SUPĂRĂ". Cât din mânia ta este generată de faptul că nu ai control asupra situaţiei respective?
- Gândeşte-te iar la propoziţia „..... MĂ SUPĂRĂ". Ţi se pare cumva că însuşi limbajul sugerează că ceva sau cineva te forţează să te înfurii, astfel încât să nu mai ai nicio altă alegere? Atunci când ceva te supără, acel aspect are putere asupra sentimentelor tale. Dar dacă ai spune „AM ALES să fiu supărat"? Cu un astfel de limbaj, îţi reiei un anumit control şi o responsabilitate pentru sentimentele tale. Se poate să observi că te simţi mai puţin supărat dacă foloseşti acest limbaj. Lucrurile stau la fel în cazul fricii.

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

- Scrierea şi discursul tău vor fi mai uşor de înţeles şi mai percutante dacă foloseşti mai degrabă un limbaj activ decât unul pasiv. Spre exemplu, expresia „am lovit mingea" sună mai bine decât „mingea a fost lovită de mine". Un limbaj activ dă de asemenea impresia că eşti mai încrezător şi mai stăpân pe situaţie. Un astfel de limbaj poate chiar să te facă să te simţi mai în largul tău. În oricare dintre situaţii, fie că foloseşti un limbaj activ, fie unul pasiv, acesta le va spune oamenilor ceva despre tine.
- Cuvintele şi expresiile care pot fi înţelese în mai multe feluri sunt denumite „limbaj ambiguu". Dacă cineva vorbeşte cu tine folosind un limbaj ambiguu, tu eşti obligat să „completezi" înţelesul lucrurilor pe care ţi le spune persoana respectivă. Deoarece tinzi să alegi un înţeles strâns legat de propria ta experienţă, poţi presupune că persoana respectivă chiar „te cunoaşte" sau că este foarte „intuitivă". Acesta este motivul pentru care mulţi oameni pot avea iluzia că se înţeleg îndată ce se cunosc, pentru a afla mai târziu că de fapt au foarte puţine în comun.
- Adolescenţii folosesc adesea un limbaj pe care presupun ei că adulţii nu îl înţeleg. Acest limbaj are un scop foarte clar: îi ajută pe tineri să se definească ca subiecţi – cine sunt – şi în ce fel sunt diferiţi faţă de generaţia părinţilor lor. Ei folosesc acest limbaj ca să devină mai independenţi. Care sunt unele dintre cuvintele pe care le foloseşti şi pe care părinţii tăi ar putea să nu le ştie?

ŞTIAI CĂ?

- În lume, în prezent, există un număr de 2.796 limbi vorbite. Acum câteva sute de ani, numărul limbilor vorbite pe pământ depăşea 10.000. Ultimul supravieţuitor vorbitor al unei limbi neidentificate dintr-un trib american a murit în California înainte ca oamenii de ştiinţă să poate face înregistrări cu limbajul său. Imaginează-ţi existenţa doar a unei singure fiinţe care ar vorbi limba ta. Ce ai citi? Ce ai face? În ce fel ar fi diferită viaţa ta?
- Limbajul nu este doar comunicare. Limbajul este şi o diagramă a felurilor fundamentale în care oamenii se gândesc la timp, la spaţiu şi la relaţii. Poţi învăţa foarte multe lucruri despre alte culturi, dacă le studiezi limbajul. *Exemplu:* În limba Hopi, nu vei vorbi despre o „vară fierbinte", deoarece în acest limbaj termenul „vară" defineşte starea de a fi fierbinte. Diferenţele de limbă fac ca adesea comunicarea într-o limbă străină să fie dificilă, chiar dacă ai studiat mulţi ani limba respectivă şi o cunoşti foarte bine.
- *Was ist das?* Congresul Continental s-a gândit cândva să adopte limba germană ca limba oficială a Statelor Unite ale Americii. Limba engleză a câştigat cu diferenţa de doar un singur vot. Cum ar fi fost istoria dacă ar fi câştigat limba germană?

EXERCIȚIU CU PROPOZIȚII

Scrieți câte o propoziție folosind fiecare dintre cuvintele de mai jos:

1. A SE OFILI/OFILIT

2. A ATRIBUI/ATRIBUIT

3. VÂNT/A SE RĂSUCI

4. CONCURS/A CONCURA

5. PREZENT/A PREZENTA

6. ÎNTREBARE/A ÎNTREBA

7. SAH/VERIFICARE/A VERIFICA

8. OBIECT/A OBIECTA

9. INSULTĂ/A INSULTA

10. VIU/A TRĂI

Semnătura

CHESTIONAR

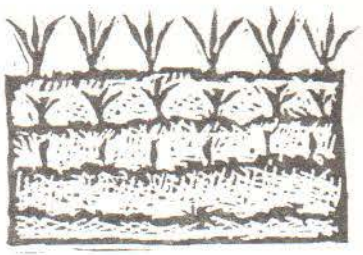
1. Numiţi unul dintre hobby-urile sau interesele dumneavoastră _____

_____

2. Descrieţi un lucru pe care v-ar plăcea să îl faceţi în vacanţă _____

_____

3. Alegeţi două dintre următoarele activităţi pe care aţi prefera să le faceţi



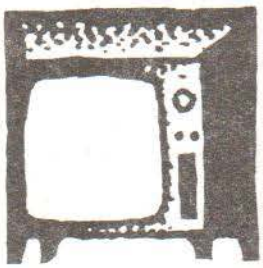
___ a. să lucraţi în grădină

___ b. să vă uitaţi la televizor

___ c. să alergaţi sau să vă plimbaţi

___ d. să mergeţi la o piesă de teatru sau la un film

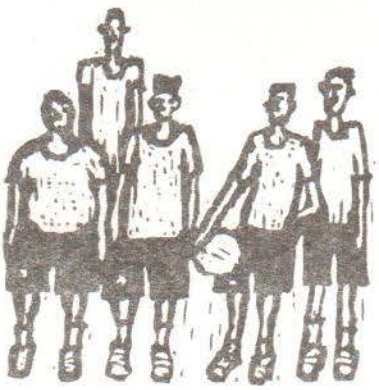
4. Ce aţi prefera: să practicaţi un sport sau să urmăriţi un sport?



___ a. să practic

___ a. să urmăresc

5. Scrieţi un substantiv sau un verb care simţiţi că vă caracterizează _____



_____

Semnătura

Putem să primim sfaturile părinţilor noştri ca şi cum ar veni de la nişte persoane oarecare?

Uneori, lucrurile pe care ţi le spun părinţii tăi sună diferit faţă de cum ar suna dacă le-ai auzi de la altcineva. Poţi să auzi în cuvintele părinţilor tăi „sfaturi ascunse" sau poţi risca să le interpretezi ca o tentativă de a te controla. Nu îţi face griji, este perfect normal să ai această impresie. Acest experiment îţi dă şansa să încerci ceva nou. Acesta este un experiment de autoobservare.

SUBIECŢI

Subiecţii acestui experiment vei fi tu [illegible] şi părinţii tăi.

DE CE AI NEVOIE

[illegible] şi un creion pentru notarea observaţiilor şi a rezultatelor sau o copie a Foii [illegible] experimentului, de la pagina 7

CE TREBUIE SĂ FACI

[illegible] de o săptămână sau o lună, fă un [illegible] să auzi cuvintele părinţilor tăi ca [illegible] ar fi ale altor oameni care se în[illegible] să te cunoască. Spre exemplu, cu[illegible] „ar trebui" spuse de un părinte sunt [illegible] de obicei ca o comandă sau ca o [illegible] ceva ce faci deja. „Ar trebui să [illegible] lucru" poate suna ca „Ar trebui [illegible] faci ceea ce faci acum". În timpul [illegible] experiment, încearcă să interpre[illegible] expresia „ar trebui" aşa cum ai face-o [illegible] fi rostită de un prieten, adică „ar [illegible] interesant să încerci", sau „poate [illegible] să te gândeşti la acest lucru". [illegible] când părinţii tăi folosesc expresia „ar trebui" se referă şi ei întocmai la aceste sensuri.

2. În timpul acestui experiment, notează-ţi sentimentele tale şi observă cum se schimbă comunicarea dintre tine şi părinţii tăi, în cazul în care chiar se întâmplă lucrul acesta.

CONCLUZII

- După experiment, discută-l cu părinţii tăi. Explică ce ai încercat să înveţi şi ce ai descoperit în acest fel. Poţi să te gândeşti la vreo situaţie în care lucrurile au avut o altă evoluţie decât cea pe care ar fi putut să o aibă, doar pentru că ai ascultat altfel decât o făceai de obicei?
- Cum poate fi acest experiment legat de Experimentul #1?
- În ce fel afectează etichetele „părinte" şi „copil" felul în care vorbim şi ne auzim unii pe ceilalţi?
- Ai recomanda acest experiment ca o modalitate de a-ţi înţelege mai bine părinţii ca oameni?

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

- Vezi dacă părinţii tăi vor fi de acord şi ei să încerce o variantă diferită a acestui experiment. Pot să te asculte pe tine ca şi cum ai fi doar o altă persoană şi nu copilul lor? Pot face acest lucru timp de o săptămână sau o lună?
- Vezi dacă îţi poţi da seama cu cine vorbesc la telefon membrii familiei tale din felul în care vorbesc. Probabil că vei reuşi să îţi dai seama dacă persoana cu care ei vorbesc este cineva bine cunoscut sau cineva necunoscut. E posibil şi să îţi dai seama exact cu cine vorbesc.

  Ai fi uimit să afli câte lucruri poţi deduce din simplul ton al vocii cuiva. Gândeşte-te la un moment în care aşteptai un telefon, când ai ridicat receptorul şi ai răspuns „Alo!" într-un anumit fel. Când ai descoperit că persoana care suna nu era cea al cărei telefon îl aşteptai, tonul vocii tale s-a schimbat.

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

- Dacă acest experiment te-a ajutat să îţi îmbunătăţeşti relaţia cu părinţii, ai putea dori să îl repeţi, poate chiar mult timp de-acum încolo.

ŞTIAI CĂ?

- Adesea, relaţiile şi comunicarea sunt influenţate de etichetele pe care le punem pe oameni. Spre exemplu, ni se întâmplă să vorbim tare cu cineva care are o problemă cu ochii, ca şi cum incapacitatea de a vedea bine ar reduce abilitatea de a auzi. De asemenea, se întâmplă să folosim un ton aparte atunci când vorbim cu bătrâni sau cu copii mici. Asistentele medicale folosesc, uneori, cuvântul „noi" în adresarea către pacienţi, în expresii cum ar fi „Cum ne simţim azi?".
- Termenul „părinte" descrie o relaţie, cel de „copil" descrie o relaţie şi un rang de vârstă. Nu există niciun termen folosit în mod curent în limba română care să descrie un copil adult. Există oameni care folosesc expresia „copil adult", dar aceasta sună ciudat. Cuvinte ca „progenitură" descriu o relaţie, dar nu le folosim foarte des. Există acest cuvânt şi în vreo altă limbă? Încearcă să afli.

Este vreun mod de comunicare mai bun decât celelalte?

Acest experiment testează două feluri diferite în care pot comunica şi relaţiona oamenii dintr-un grup. Spune-le subiecţilor tăi că vei face un experiment, dar, ca acest experiment să fie mai amuzant, îl vei organiza ca şi cum ar fi un joc.

SUBIECŢI

- 10 persoane, grupate în câte două echipe de câte cinci (compania W şi compania C)

DE CE AI NEVOIE

- Două copii ale formularului Stiluri de comunicare, de la pagina 74, câte una pentru fiecare grup
- Două copii ale Listelor de cuvinte de la pagina 75, fiecare dintre acestea structurată în alte cinci liste, 1,2,3,4 şi 5 (trebuie să ai în total zece liste)
- Zece copii ale Puzzle-ului logic, de la pagina 76, câte una pentru fiecare subiect
- Un cronometru sau un ceas cu secundar
- Hârtie, creioane şi o foarfecă pentru subiecţii tăi
- Hârtie şi creion pentru înregistrarea observaţiilor şi a rezultatelor sau o copie a Foii cu datele experimentului, de la pagina 7

CE TREBUIE SĂ FACI

1. Prezentăm experimentul spunând: „Compania W şi compania C sunt în competiţie. Fiecare dintre acestea dezvoltă un nou joc video. Compania care reuşeşte să rezolve prima două probleme importante – una de cuvinte şi alta de logică – va fi prima care îşi va lansa produsul pe piaţă, în timp ce firma rivală va intra în faliment".

   „Compania W este organizată ca o roată, cu un şef în mijlocul cercului. Angajaţii pot comunica doar cu şeful". Alege un şef şi cere un voluntar pentru această poziţie.

   Continuă şi spune-le că „firma C este organizată sub forma unui cerc. Fiecare angajat poate comunica cu fiecare dintre cele două persoane aflate de o parte şi de alta a sa".

   Dă fiecărui grup câte un exemplar din formularul Stiluri de comunicare. Pune-i pe membrii grupului să îşi rearanjeze scaunele, astfel încât să arate ca în ilustraţii.

2. Spune: „Prima problemă pe care o aveţi de rezolvat este să găsiţi parola de care aveţi nevoie ca să deschideţi noul vostru joc video. Parola s-a pierdut în sistem şi nimeni nu şi-o mai aminteşte. Singura modalitate prin care mai poate fi regăsită parola este prin compararea mai multor liste de cuvinte şi găsirea acelui cuvânt care apare pe toate listele. Cuvântul respectiv este parola dumneavoastră".

3. Dă fiecărui subiect din Compania W câte o listă de cuvinte – 1,2,3,4 sau 5. Fă acelaşi lucru pentru Compania C. Apoi spune: „Studiaţi listele de cuvinte şi încercaţi să vă daţi seama care este termenul care apare pe toate listele. Compania W – deoarece compania voastră este organizată sub forma unei roţi, puteţi comunica doar cu şeful. Compania C – deoarece compania voastră are structura unui cerc, puteţi comunica doar cu persoanele care îţi stau de-o parte şi de alta".

Asigură-te că fiecare a înţeles cu cine poate şi cu cine nu poate comunica. Instruieşte-i să vorbească foarte încet, astfel încât să nu fie auziţi de cei cu care nu au voie să comunice. Spune fiecărui grup să ridice mâinile în momentul în care crede că a rezolvat problema. Cronometrează fiecare grup.

4. După ce ambele grupuri au soluţionat problema cuvântului, spune: „Compania W are acum un nou management, care a decis că va fi folosit stilul de comunicare în cerc. Între timp, compania C a adoptat stilul de comunicare roată". Pune cele două grupuri să îşi rearanjeze scaunele, în conformitate cu noile stiluri de comunicare. Alege pe cineva să fie şeful companiei C sau cere un voluntar. Reaminteşte companiei W că acum nu mai are un şef.
5. Spune: „A doua problemă pe care o aveţi de rezolvat este să creaţi un semn de prezentare a noului vostru joc video. Ca să faceţi acest lucru, trebuie să rezolvaţi o problemă de logică".

Daţi fiecărui subiect din ambele grupe o copie a Puzzle-ului logic, o bucată de hârtie, un creion şi o foarfecă.

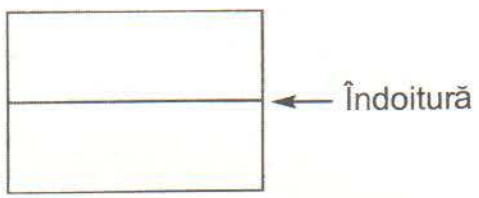
Asigură-te că fiecare ştie cu cine poate şi cu cine nu poate comunica. Reaminteşte-le să vorbească foarte încet şi spune membrilor fiecărui grup să ridice mâna când au terminat de rezolvat problema. Cronometrează fiecare grup.

? CONCLUZII

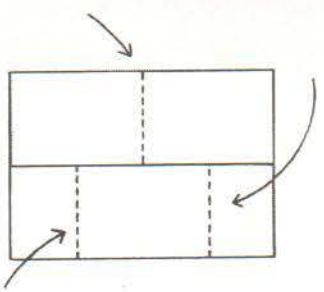
- Care dintre grupuri a rezolvat problema mai repede, Compania W, cea organizată sub formă de roată, sau Compania C, în formă de cerc? Sunt acestea rezultatele pe care le-ai aşteptat?
- Care grup rezolvă mai repede puzzle-ul logic, grupul W (comunicarea ca un cerc) sau grupul C (comunicarea ca o roată)? Este ceea ce tu aşteoţi?

Soluţia la Puzzle-ul Logic

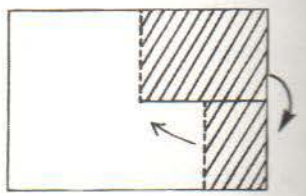
1. Îndoaie foaia de hârtie pe lungime şi apoi redeschide-o.



2. Taie pe liniile punctate.



3. Îndoaie secţiunea haşurată cu un unghi de 180 de grade.



Semnul ar trebui să poată sta singur în picioare.

P.S. Poţi, de asemenea, să faci ca acest semn să stea în picioare fără să realizezi îndoitura iniţială, dacă tai cu atenţie. Odată ce reuşeşti acest lucru, puzzle-ul este şi mai misterios. Încearcă să îl faci prietenii tăi.

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

- Discută cu membrii ambelor grupuri ce cred ei despre fiecare metodă de comunicare. Cu ajutorul lor, fă o listă cu avantajele şi dezavantajele fiecărui mod de comunicare.
- Gândeşte-te la alte moduri posibile de comunicare, ce ar putea avea o bună funcţionalitate. Repetă acest experiment, ca să îţi testezi noile idei.

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

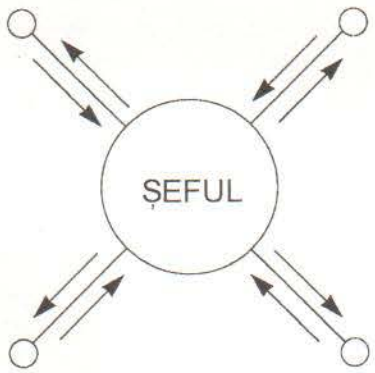
- Poţi observa că este important ca membrii unui grup să aibă un fel organizat de a-şi prezenta gândurile. Experimentând comunicarea cu ceilalţi în feluri diferite, vei ajunge chiar să găseşti modalităţi mai bune de cooperare.

ŞTIAI CĂ?

- Modalitatea optimă de lucru cu ceilalţi poate să depindă de o situaţie sau alta. *Exemplu*: Într-o situaţie de urgenţă, în care nu există timp pentru a sta de vorbă cu fiecare, pentru a asculta şi a cădea de acord asupra unei soluţii, cel mai inteligent şi mai eficient este ca o singură persoană să îşi asume răspunderea şi să spună tuturor celorlalţi ce să facă.
- În majoritatea celorlalte situaţii, soluţionarea problemelor este mai uşoară şi mai rapidă atunci când fiecare primeşte nişte reacţii legate de ce merge bine şi ce nu. Care modalitate de comunicare a generat mai multe reacţii, „roata" sau „cercul"?

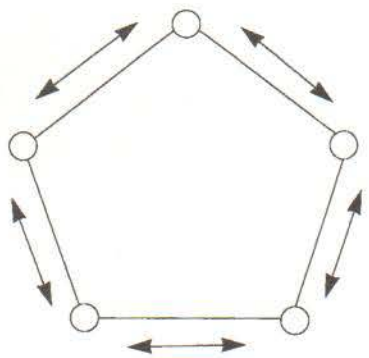
STILURI DE COMUNICARE

COMPANIA W: ROATA



Poți comunica doar cu șeful.

COMPANIA C: CERCUL



Poți comunica doar cu persoanele care îți stau de o parte și de alta.

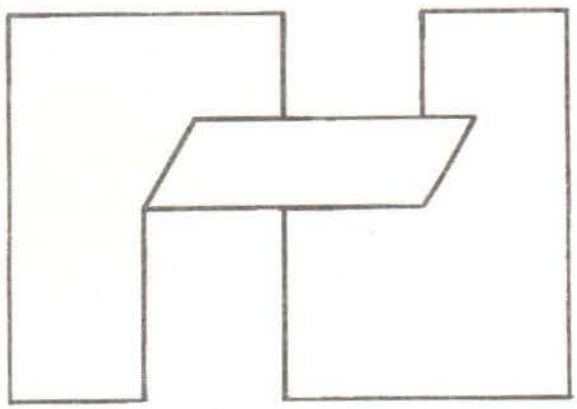
LISTE DE CUVINTE

LISTA 1	LISTA 2	LISTA 3	LISTA 4	LISTA 5
UNGHI	BANI	PUNCI	CHIȚĂIT	ȘOARECE
PRÂNZ	PEȘTE	PAGINĂ	TIMP	CĂRĂMIDĂ
MODERN	FERICIT	MĂR	VEST	FINAL
PURTAT	CHIȚĂIT	ZERO	GOL	CRATER
SOARE	HAINĂ	VÂRF	FRÂNGHIE	CHIȚĂIT
STRICAT	LANȚ	YO-YO	CREION	COPAC
PLIC	LARG	PĂTRAT	AUR	NAS
CHIȚĂIT	COVOR	VULTUR	VACĂ	BANDĂ
AVION	FLOARE	ALBASTRU	PĂMÂNT	MARO
SCRIE	RADIO	CHIȚĂIT	CĂMAȘĂ	IARBĂ

UN PUZZLE LOGIC

Poți construi acest semn folosind doar trei tăieturi și o îndoitură?

VEDERE DIN FAȚĂ



VEDERE DE SUS

De ce punem întrebări?

Comunicarea clară şi completă depinde de diferite lucruri. Acest experiment explorează importanţa reacţiei într-o comunicare bună. Se pune întrebarea: „Ce se întâmplă atunci când nu poţi să pui o întrebare?".

SUBIECŢI

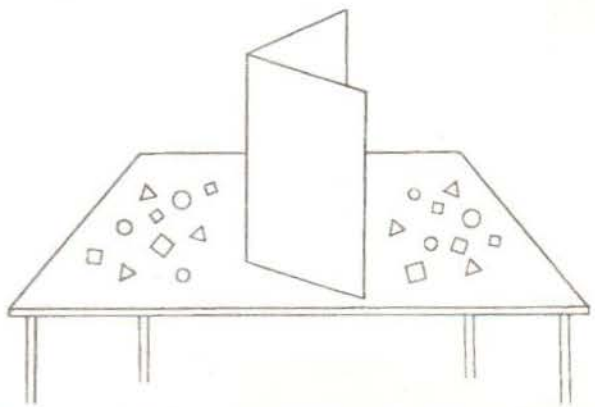
- Tu şi partenerul tău

DE CE AI NEVOIE

- Două seturi identice de figuri care au mărimi şi culori diferite (dacă nu ai, decupează triunghiuri, pătrate, dreptunghiuri şi cercuri de culoare roşie, verde, albastră şi galbenă. Decupează mai multe figuri de dimensiuni diferite. Nu contează numărul exact de figuri câtă vreme sunt două seturi identice)
- Un caiet sau tabla de la un joc (precum Scrabble)
- Creion şi hârtie pentru notarea observaţiilor şi a rezultatelor, sau o copie a Foii cu datele experimentului, de la pagina 7

CE TREBUIE SĂ FACI

1. Staţi la o masă – tu de o parte, partenerul tău de cealaltă parte. Pune caietul sau tabla de joc drept paravan între voi. Împarte seturile de figuri, câte unul pentru fiecare dintre voi.



2. Lucrează în spatele paravanului, astfel încât partenerul să nu vadă ce faci tu, şi construieşte o structură tridimensională, dacă ai figuri, sau un proiect plan, dacă dispui doar de figuri decupate.

   Acum, explică-i partenerului tău că tu te afli într-o navă spaţială pe orbita planetei Zug – o planetă prietenoasă, dar ai cărei locuitori nu cunosc nimic despre tehnologia de pe Pământ. Nava în care te afli este în pericol şi trebuie să aterizeze, dar, înainte de asta, controlorul traficului aerian de pe planeta Zug (partenerul tău) trebuie să înţeleagă cum arată bordul tău de comandă. Din fericire, vorbiţi aceeaşi limbă, astfel că poţi descrie bordul navei. Din nefericire, locuitorii planetei Zug nu pot să pună întrebări sau să răspundă la întrebări,

pentru că echipamentele lor de comunicare au o defecţiune. Şi nu poţi folosi nici limbajul gestual, pentru că locuitorii planetei nu te pot vedea.

Partenerul tău are un set identic de figuri. Pe măsură ce descrii bordul navei, el va trebui să încerce să facă o copie exactă. Nu uita că nu puteţi comunica decât într-o singură direcţie. La sfârşit, îndepărtează paravanul şi vezi în ce măsură partenerul a reprodus proiectul tău.

Poţi ateriza pe Zug?

CONCLUZII

- Este posibil să comunici clar şi complet atunci când doar o persoană poate vorbi, iar cealaltă nu poate răspunde sau nu poate pune întrebări?
- Cât de important este să putem pune întrebări şi să primim răspunsuri?
- Cât de important este limbajul gestual în comunicare?

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

- Schimbaţi rolurile şi încercaţi din nou experimentul. Cum te simţi când ţi se spune ce să faci fără să poţi pune întrebări?
- Repetaţi experimentul, dar de data aceasta lasă-ţi partenerul să pună întrebări şi să răspundă la întrebări.
- Este uşor să îţi dai seama când cineva te minte la telefon sau în faţă? Răspunsul s-ar putea să te surprindă. Experimentele au demonstrat că este mult mai uşor să observi când o persoană spune o minciună la telefon. Atunci când asculţi pe cineva fără să vezi persoana, poţi mai uşor să asculţi ceea ce spune. Limbajul corpului adesea „încântă" sau distrage partenerul de conversaţie..., dar nu şi la telefon. Descoperă singur. Oferă la doi dintre prietenii tăi un set de 12 întrebări, pe care să ţi le adreseze. Unul dintre ei să pună întrebările la telefon, iar celălalt să te întrebe în faţă. Răspunde la jumătate dintre ele cu minciuni. Care dintre cei doi a fost în stare să îşi dea seama de răspunsurile false?

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

- Nu există întrebări proaste. Dacă vrei să înveţi ceva trebuie să pui întrebări.
- A pune întrebări este baza tuturor experimentelor.

ŞTIAI CĂ?

- 55% din mesajele pe care le transmiţi celorlalţi sunt gestuale. 38% sunt exprimate în tonul vocii. Doar 7% sunt exprimate prin cuvinte.
- Unde e mai uşor să spui când o persoană minte, la radio sau la televizor? Experimentele au demonstrat că este mai uşor să spui când cineva minte la radio. Compară asta cu experimentele referitoare la „minte la telefon/în faţă" (vezi: „Investighează mai mult"). Asta ar trebui să îţi dea câteva răspunsuri la întrebarea: de ce televiziunea ascunde un mincinos, în vreme ce radioul îl demască?
- Câinii au propriul limbaj al trupului. Câteva cunoştinţe de bază despre acest comportament te va face să nu fii înţeles greşit sau atacat de un câine străin. Iată câteva indicii pe care să le ţii minte:
  - Nu zâmbi. Un câine străin s-ar putea să considere asta drept o ameninţare.
  - Nu te uita fix la un câine. Privirea fixă asupra unui câine îi spune acestuia că vrei să preiei controlul – şi asta e o provocare.
  - Nu striga şi nu ridica mâinile deasupra capului. Asta îl va enerva pe câine.
  - Orice obiect care se mişcă uşor ar putea declanşa instinctul de vânătoare al câinelui.
  - Fii ascultător. ţine mâinile în jurul corpului şi încearcă să pari cât mai mic.
  - Scoate sunete de mestecat. Un psiholog danez susţine că mamiferele sunt calmate de zgomotul produs de mestecat.

Sfaturi pentru folosirea limbajului în mod pozitiv

1. Fii mai exact în alegerea cuvintelor pentru a descrie sentimentele. *Exemplu*: în loc să spui că „îţi plac" şi Terry şi Larry, ar fi mai exact să spui că „îl respect" pe Terry şi „îl apreciez" pe Larry.
2. Când un prieten câştigă un premiu după ce a depus un efort (precum un concurs de discursuri sau o cursă), nu spui „ai avut noroc". Asta implică faptul că prietenul tău nu a avut nimic de făcut pentru a câştiga. Mai bine spune: „meritai să câştigi!" sau „ai muncit pentru asta!".
3. Când un prieten reuşeşte ceva (să înveţe ceva nou, să joace într-o piesă de teatru la şcoală), nu îi spune „Sunt mândru de tine!". Asta implică faptul că prietenul tău a muncit pentru a-ţi obţine aprobarea. Mai bine spune-i „Trebuie să fii mândru de tine!". Asta contează cu adevărat.
4. Fii atent la limbajul pe care îl foloseşti cu tine însuşi. Atunci când faci o greşeală nu îţi spune „am ratat". Mai bine gândeşte-te că a fost o experienţă şi spune-ţi: „Am făcut o greşeală şi asta am învăţat din greşeala mea..."
5. Evită expresii precum „ca să fiu sincer" sau „sincer", puse înaintea unei afirmaţii. Asta implică faptul că de cele mai multe ori nu eşti sincer.
6. Când spui cuiva că ceva este „bine" sau „rău", prima întrebare pe care ţi-o pune acea persoană este „de ce?". Cu alte cuvinte, a spune că ceva este „bine" sau „rău" nu oferă suficientă informaţie pentru a-i convinge pe ceilalţi să îţi urmeze sfatul.

   În primul rând, este confuz pentru că nu este clar despre ce fel de „bine" sau „rău" vorbeşti. Să presupunem că îţi spune cineva: „E greşit să spui că America a fost descoperită de Columb". Asta înseamnă că informaţia este greşită? Multă lume crede că America a fost descoperită de Lief Ericson sau de alţi exploratori de dinaintea lui Columb. E posibil ca afirmaţia să fie greşită din punct de vedere moral? Multă lume crede că este o insultă să spui: Columb a „descoperit" America, de parcă America (şi amerindienii) nu existase înaintea debarcării lui Columb pe coastele sale. Acestea sunt doar două modalităţi în care cuvântul „greşit" poate fi înţeles.

   A insista că o persoană greşeşte poate pune o barieră de comunicare între interlocutori, şi asta este o altă problemă. Imediat începi să semeni cu un judecător, iar interlocutorul tău s-ar putea să îşi astupe urechile. Pentru o comunicare clară este mai bine să foloseşti cuvinte precum „de ajutor", sau „dăunător", „util" sau „inutil".

   Comparaţi aceste afirmaţii:

   - E rău (greşit) să fumezi.
   - E dăunător să fumezi.

   Care dintre ele are mai multe şanse de a fi luată în seamă? Care sunt cele două atitudini diferite pe care cele două afirmaţii le prezintă? Care dintre ele implică grijă? Care dintre ele reprezintă doar un raţionament? Care conţine mai multe informaţii? Pe care ai urma-o?
7. Încearcă totdeauna să afirmi lucrurile cât de pozitiv se poate. Te vei face înţeles mai repede decât dacă ai o atitudine neutră sau negativă. *Exemplu:* Imaginează-ţi că eşti chelner într-un restaurant. Un client te întreabă: „Pot să comand ceva care nu este pe meniu?" Tu poţi răspunde: „Nu, nu puteţi" (negativ), „trebuie să îl întreb pe şeful de sală" (neutru), sau „Îl întreb imediat pe şeful de sală" (pozitiv). Care dintre răspunsuri va fi mai pe placul clientului? O mică schimbare în limbaj poate face diferenţa.

DIFERENȚE DE GEN

Bărbaţii şi femeile gândesc diferit?

Câteodată, copiii susţin că „fetele sunt mai deştepte decât băieţii" sau, dimpotrivă, că „băieţii sunt mai deştepţi decât fetele". Noi ştim că, în realitate, nici una din afirmaţii nu este corectă. Unele fete sunt mai deştepte decât unii băieţi, dar şi unii băieţi sunt mai deştepţi decât unele fete. Cercetările au arătat că băieţii şi fetele, bărbaţii şi femeile au stiluri diferite de a gândi. Acest experiment cercetează această posibilitate.

SUBIECŢI

- Un număr egal de fete şi băieţi

DE CE AI NEVOIE

- Hârtie şi creion pentru fiecare subiect
- Creion şi hârtie pentru notarea observaţiilor şi a rezultatelor sau o copie a Foii cu datele experimentului, de la pagina 7

CE TREBUIE SĂ FACI

1. Roagă subiecţii să scrie „bărbat" sau „femeie" în partea de sus a paginii. Apoi, spune-le: „Parcurgeţi alfabetul în gând şi număraţi literele care conţin sunetul E lung, inclusiv litera E. Nu număraţi pe degete. Scrieţi răspunsul în partea stângă a paginii şi denumiţi-l «Sarcina A»". Dă-le un minut sau două pentru a termina exerciţiul.
2. Apoi, spui: „Acum, imaginaţi-vă un alfabet format din litere mari de tipar. Spuneţi-l în gând şi număraţi literele care au una sau mai multe curbe în corpul lor. Nu folosiţi degetele. Scrieţi răspunsul în partea dreaptă a foii şi denumiţi-l «Sarcina B»". Dă-le un minut sau două pentru a termina exerciţiul.
3. Când toată lumea a terminat cele două exerciţii, dă-le răspunsurile corecte. (Sunt nouă sunete E lung şi 11 litere mari care au curbe în corp.)
4. Roagă subiecţii să răspundă la următoarele întrebări:
   - „La care dintre exerciţii v-aţi descurcat mai bine, A sau B?"
   - „Care dintre sarcini a fost mai uşoară pentru voi?"
   - „Cum aţi aflat răspunsul la exerciţiul cel mai uşor? Cum aţi gândit?"

CONCLUZII

- În general, fetele fac mai puţine greşeli la Sarcina A, iar băieţii au mai puţine erori la Sarcina B.
- Sarcina A este mai auditivă (este bazată pe simţul auzului). Sarcina B este mai vizuală (se bazează pe simţul văzului).

că fetele sunt în general mai bune la rciții auditive, iar băieții au rezultate i bune la exercițiile vizuale, cum ar pu- afecta acest fapt performanțele lor șco- re? Cum și-ar putea alege hobby-urile? u *carierele?*

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

eori, când oamenii stau în grupuri, se nt adesea forțați să rezolve sarcinile r-un mod asemănător cu ceilalți. ncearcă acest experiment cu câte o sin- ră persoană și observă dacă există vreo dificare a rezultatelor.

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

nci când afirmăm că fetele și băieții au uri diferite de a gândi, facem o afirma- generală, care nu se aplică pentru toate le sau pentru toți băieții. Diferențele nt interesante, dar trebuie să ținem cont noi toți suntem mai mult asemănători cât diferiți.

- Încearcă experimentul pe tine. Dacă ai rezultate bune ca elev auditiv, încearcă să înveți prin metode care implică auzul și ascultarea. *Exemplu*: învață cu un prieten, înregistrează ceea ce trebuie să înveți și *ascultă ulterior; ascultă cu atenție în clasă.* Dacă ai rezultate bune ca elev vizual, încearcă să studiezi prin metode care se bazează pe văz. *Exemplu*: acordă atenție diagramelor și ilustrațiilor din manuale, desenează ceea ce ai de învățat, citește tot ce scrie profesorul pe tablă.

ȘTIAI CĂ?

- Băieții au de obicei piciorul stâng sau/și mâna stângă mai mari decât cele drepte? La fete, mâna dreaptă sau/și piciorul drept sunt mai mari.
- Potrivit credințelor populare, băieții petrec mai mult timp uitându-se la fete decât se uită fetele la băieți. În schimb, fetele petrec mai mult timp la telefon. Rezultatele acestui experiment susțin aceste credințe?

Cât de mult ştiu oamenii despre propriul sex?

Aceasta este primul din cele două mari experimente în *Psihologia pentru copii II*. Experimentul original include mai multe detalii, rezultate statistice şi analize. Experimentul a fost făcut cu Malia C. Novak şi Lisa L.Rybak, eleve ale profesorului de psihologie Jim Matiya, de la Liceul Carl Sandburg, din Orland Park, Ilinois, Statele Unite ale Americii.

SUBIECŢI

- Un număr egal de fete şi băieţi

DE CE AI NEVOIE

- Copii ale paginii cu Diferenţele de gen, de la pagina 86, câte una pentru fiecare elev
- Creioane pentru elevi
- Creion şi hârtie pentru notarea observaţiilor şi a rezultatelor, sau o copie a Foii cu datele experimentului, de la pagina 7

CE TREBUIE SĂ FACI

1. Subiecţii trebuie să completeze şi să semneze testul privind Diferenţele de gen
2. Evaluează testele pentru a afla cât de mult ştiu subiecţii despre propriul sex şi despre sexul opus

Evaluarea testelor

RĂSPUNSURI:

- Băieţi: 1, 2, 5, 7, 8, 9, 10
- Fete: 3,4,6

CUM SE EVALUEAZĂ TESTELE

- 0-3 corect: subiecţii cunosc foarte puţin despre diferenţele dintre sexe
- 4-7 corect: subiecţii au cunoştinţe medii despre diferenţele dintre sexe
- 8-10 corect: subiecţii sunt experţi în diferenţele dintre sexe

CONCLUZII

- Cine a avut cel mai mare scor la acest test, fetele sau băieţii? V-a confirmat aşteptările

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

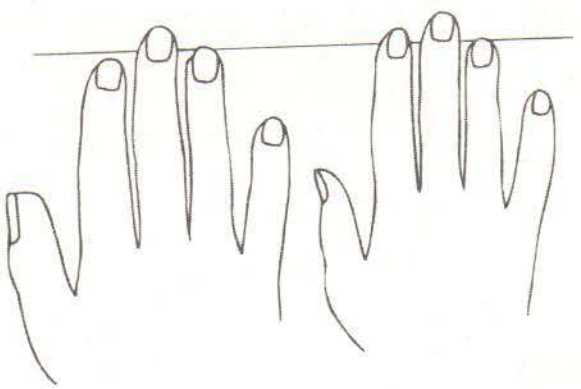
- Observă reacțiile persoanelor care fac testul. Cum reacționează la aflarea rezultatelor? Cum reacționează la ce au descoperit?
- Folosește această carte: *Psihologia pentru copii I* sau alte cărți de psihologie, pentru a face teste asemănătoare despre diferențele psihologice, mai degrabă decât despre cele fizice.

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

- Cu cât știi mai multe despre fiziologia și psihologia fetelor și a băieților cu atât vei înțelege mai multe despre propriul sex și despre sexul opus.

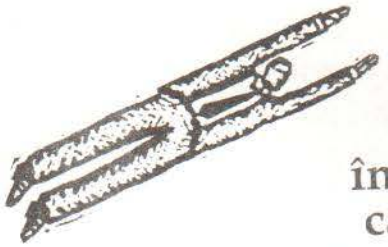
ȘTIAI CĂ?

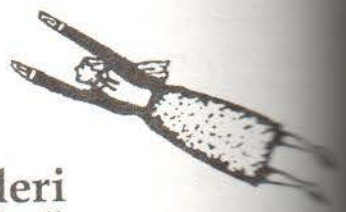
- Oamenii cred că știu mai multe despre diferențele dintre sexe decât știu în realitate. Ei acceptă teoriile îndeobște cunoscute și stereotipurile fără a le verifica.
- La naștere, mulți băieți sunt mai mari decât fetele. Ei au inimi mai mari, plămâni mai mari, dar și creierul mai mare.
- La naștere, multe dintre fete sunt mai mature decât băieții, cu un sistem nervos mai dezvoltat. În plus, pulsul fetelor la naștere este mai accelerat decât al băieților.
- Fetele sunt mai interesate de culori, în vreme ce băieții sunt mai interesați de tipare.
- Gena care face ca degetul arătător să fie mai mic decât inelarul este caracteristică pentru băieți, aceasta fiind o trăsătură predominată a lor. (Puteți verifica asta într-un experiment.)



Mână de bărbat Mână de femeie

DIFERENȚE DE GEN





La fiecare din întrebările următoare, încercuieşte M când consideri că răspunsul este „masculin" sau F când consideri că răspunsul este „feminin".

1. Cine doarme mai mult?	M	F
2. Ai cărui ochi nu pot distinge culoarea roșie?	M	F
3. A cărui frunte este mai probabil să fie caldă?	M	F
4. Al cărui creier se va reface mai repede după un atac cerebral?	M	F
5. Cine este mai predispus să strănute?	M	F
6. Al cărui deget mare ar putea să doară când plouă?	M	F
7. Cine se plânge că îl doare un deget de la picior?	M	F
8. Cine are nevoie de aer în dormitor?	M	F
9. Cine s-ar putea trezi în mijlocul nopții cu dureri de stomac?	M	F
10. Cine are cele mai multe celule roșii?	M	F

EȘTI UN (ÎNCERCUIEȘTE) M F

_____

Semnătura

Vedem în mod diferit fotografiile fetelor și ale băieților?

Probabilitatea ca un portret într-o carte sau într-o revistă să fie al unui băiat este mai mare sau mai mică? Dar în cazul unei fotografii care arată o persoană întreagă, există o posibilitate mai mare ca aceasta să fie o fată? Experimentul de față va analiza aceste întrebări și posibile înțelesuri ale răspunsurilor.

SUBIECȚI

Un grup de persoane apropiate ca vârstă și mediu, cu număr egal de fete și băieți

DE CE AI NEVOIE

O copie a testului Care este băiat? Care este fată?, de la pagina 89

Creion și hârtie pentru notarea observațiilor și a rezultatelor sau o copie a Foii cu datele experimentului, de la pagina 7

CE TREBUIE SĂ FACI

Arată subiecților pozele din testul Cine este băiat? Cine este fată?

Spune-le că o fotografie reprezintă un băiat, cealaltă o fată. Întreabă-i care este băiatul și care este fata și cum și-au dat seama.

CONCLUZII

- Va răspunde majoritatea că fotografia cu întreg corpul este o fată, iar portretul reprezintă un băiat? Care au fost motivele pentru care au ales să răspundă astfel?
- Au dat toți băieții aceleași răspunsuri? Au dat toate fetele răspunsuri identice? Dacă nu, care au fost diferențele?

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

- Caută în reviste și ziare fotografii ale femeilor și bărbaților. Sunt de obicei bărbații prezentați doar în portret? Iar femeile cu întreg corpul? Cercetătorii au ajuns la concluzia că așa este. Dă cercetării tale un caracter mai științific și numără situațiile inverse, când o femeie este prezentată doar în portret, iar un bărbat este înfățișat cu tot corpul.

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

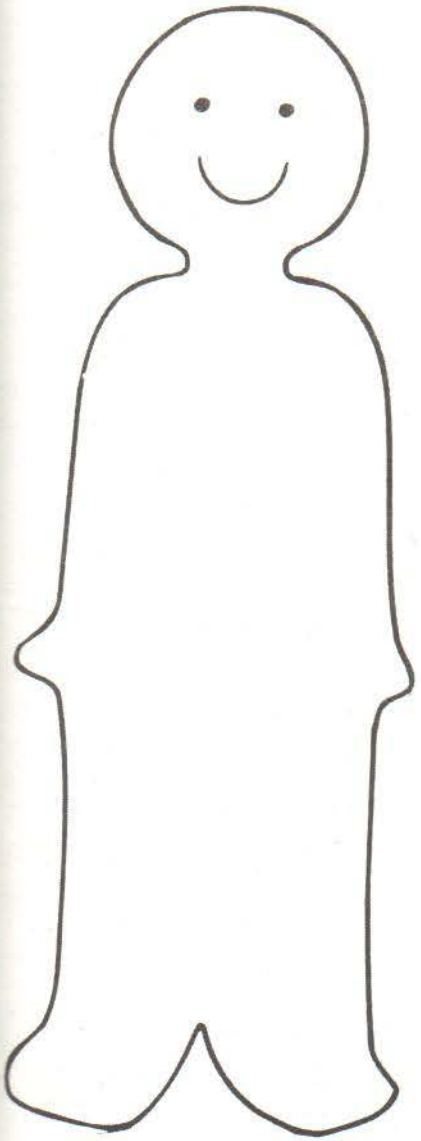
- Este important să ştii felul în care mediul din care faci parte te percepe atât pe tine, cât şi grupul căruia îi aparţii, inclusiv din punct de vedere al sexului. Aceste percepţii îţi pot afecta viaţa. Dacă le cunoşti, poţi lupta să schimbi percepţiile pe care le consideri greşite.

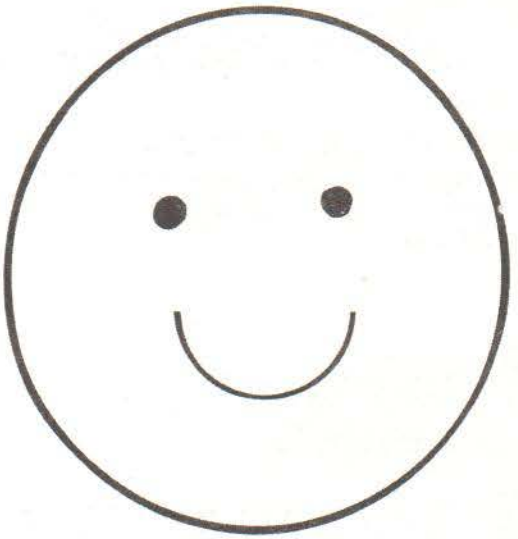
ŞTIAI CĂ?

- Cercetătorii au arătat oamenilor două fotografii ale aceleiaşi persoane: una, portret, iar cealaltă, persoană întreagă. Oamenii au catalogat persoana din portret ca fiind „mai inteligentă". Ai putea încerca un experiment asemănător.
- Cercetătorii au descoperit că fotografiile bărbaţilor din ziare, reviste, anunţuri etc. tind să pună accentul pe faţa lor, în vreme ce fotografiile femeilor pun accent pe corpul acestora. Aproape două treimi din fotografiile care prezintă bărbaţi le arată doar faţa, comparativ cu faptul că mai puţin de jumătate din fotografiile care reprezintă femei sunt portrete. Acest aspect a fost descoperit la multe culturi din întreaga lume, ca şi în picturile şi desenele realizate începând cu sec. al XVII-lea şi până în secolul al XX-lea.

Studiază fotografia de mai jos. A... dat, dar nu foarte rău. Întoarce-o cu ... jos şi va fi înspăimântătoare! Îţi poţi ... ce s-a întâmplat în această fotografie?

CARE ESTE BĂIAT? CARE ESTE FATĂ?





Văd bărbaţii lucrurile diferit de femei?

Când două sau mai multe persoane se uită la aceleaşi lucruri, este posibil [illegible] vească în moduri cu totul diferite. De exemplu: călătoreşti împreună cu [illegible] opriţi ca să intraţi într-un restaurant. Persoana căreia îi este foame vede [illegible] într-un anume fel, cel care are nevoie să meargă la toaletă îl vede într-un [illegible] copil care dă cu ochii de locul de joacă îl vede într-un al treilea mod, total diferit de [illegible] două. Ceea ce vedem depinde de cine suntem şi de lucrurile care ne preocupă în [illegible]

Are sexul unei persoane influenţă asupra a ceea ce vede? Acest experiment cere [illegible] să se uite la o fotografie care poate fi privită în mai multe moduri şi să o descrie. [illegible] este să vezi dacă modul în care ei privesc are legătură cu sexul fiecăruia.

SUBIECŢI

- Un număr egal de bărbaţi şi femei

DE CE AI NEVOIE

- Câte o copie a experimentului Ce este asta?, de la pagina 93, pentru fiecare subiect
- Creioane pentru fiecare dintre ei
- Creion şi hârtie pentru notarea observaţiilor şi a rezultatelor sau o copie a Foii cu datele experimentului, de la pagina 7

CE TREBUIE SĂ FACI

1. Dă fiecărui subiect o copie a testului Ce este asta? şi cere-le să scrie ce cred ei că reprezintă fiecare fotografie.
2. După ce au terminat, roagă-i să îşi scrie sexul, Fată sau Băiat, în partea de sus a paginii.
3. Strânge colile în două teancuri, separate pe sexe, şi notează răspunsurile.

Posibilităţi

Iată o parte din răspunsurile [illegible] date la testul Ce este asta?:

1. fluture, insectă, frunze, [illegible]
2. şarpe, vierme, coardă, [illegible]
3. lună, prăjiturică, muşcată, [illegible]
4. bâtă, cravată, fundă
5. chibrit, ac, agrafă
6. lingură, căuş, cască de [illegible]
7. barcă, piramidă, pâlnie, [illegible] plăcintă, felie de pizza, [illegible]
8. fereastră, bucată de [illegible] legat cu panglică
9. coardă, cârlig, fir de [illegible] păr, un mănunchi de litere [illegible] persoane
10. ceas, banderolă, elice, [illegible]

CONCLUZII

Grupează răspunsurile date de subiecți pe categorii. *Exemple:* obiecte personale (haine, bijuterii), obiecte casnice (mobilă, plante), insecte, obiecte folosite în activități (arc, barcă, bicicletă), obiecte statice (lingură, statuie). Apoi, compară răspunsurile date de femei cu cele date de bărbați, pentru a vedea ce fel de obiecte sunt favorizate de fiecare dintre sexe.

În ce fel poate conta experiența fiecăruia cu obiectele de zi cu zi pentru modalitatea diferită de a privi o imagine?

Cum altfel ar putea să fie explicate diferențele de percepție?

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

Repetă experimentul comparând grupuri diferite. *Exemple:* adulți cu copii, profesori cu elevi.

Repetă experimentul, dar de data aceasta alcătuiește un test cu variante de răspuns. Poți folosi o parte din răspunsurile date în lista de Posibilități, de la pagina 90. *Exemple:* Ce este prima imagine, un fluture sau un arc? Notează răspunsurile și aranjează-le pe categorii. Compară rezultatul cu experimentul inițial.

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

Acest experiment îți reamintește că pot exista două răspunsuri corecte pentru aceeași întrebare sau două percepții corecte despre același lucru.

Oamenii acordă propriile semnificații obiectelor care îi înconjoară. O persoană poate să fie terorizată de șoareci, în vreme ce o alta îi poate considera drăguți. Ce ar fi viața dacă toți am vedea lucrurile în același mod?

ȘTIAI CĂ?

Când se fac experimente similare folosind o fotografie care poate să reprezinte un miriapod, o perie, un pieptene sau dinți, cei mai mulți dintre bărbați o văd ca fiind centiped sau o perie, în vreme ce majoritatea femeilor văd imagina ca reprezentând un pieptene sau dinți. Dacă arătăm o imagine cu un cerc mai mic într-un cerc mai mare, majoritatea bărbaților vor vedea o țintă, în vreme ce majoritatea femeilor vor spune că reprezintă o farfurie. Imaginea va fi văzută ca un inel sau ca un cauciuc de către un număr egal de femei și bărbați. Însă, dacă arătăm o imagine care ar putea fi atât un cap cât și o cupă, cei mai mulți bărbați vor vedea un cap, în vreme ce majoritatea femeilor vor vedea o cupă. Să vedem dacă obțineți rezultate asemănătoare făcând acest experiment.

- Când li s-a cerut fetelor şi băieţilor să aleagă dintr-o listă cuvinte care descriu sentimentul de „supărare", băieţii au ales „înalt", „roşu", „puternic", „dur" şi „unghiular", în vreme ce fetele au ales „scund", „verde", „slab", „moale" şi „rotund". (La acest test, descrierile lor au fost foarte asemănătoare pentru majoritatea cuvintelor.)
- Pentru că percepţiile sunt influenţate de experienţele zilnice, s-a dovedind că unele teste sunt nedrepte faţă de unele categorii de persoane. *Exemplu:* Deoarece băieţii sunt încurajaţi să lucreze la biciclete şi la maşini, un test care ar prezenta imaginea unui angrenaj şi în care li s-ar cere să spună în ce parte ar trebui să învârtă i-ar avantaja. Poţi să te gândeîti la exemple de astfel de teste la care ai luat parte?
- Când băieţilor şi fetelor li se cere să specifice care dintre numerele şi literele de mai jos sunt masculine (M) şi care sunt feminine (F), ei dau răspunsuri asemănătoare. Ce crezi că se întâmplă atunci? (Poţi să faci şi din asta un experiment.)

4	A	S	T
M F	M F	M F	M F
8	9	6	K
M F	M F	M F	M F
7	Q		
M F	M F		

majoritatea oamenilor spun că 4, A, T, 6 şi Q sunt feminine, iar 7 sunt masculine.

CE ESTE ACEASTA?

1. _____

2. _____

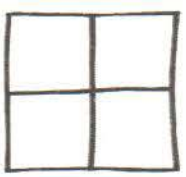
3. _____

4. _____

5. _____

6. _____

7. _____

8.  _____

9. _____

10. _____

OAMENI ÎN GRUPURI

Competiţia îmbunătăţeşte performanţa?

Te face competiţia să munceşti mai mult şi mai repede pentru a depăşi o altă persoană? Ori aceasta creează sentimente neplăcute între persoane? Acest experiment compară sentimentele.

SUBIECŢI

- Tu şi un prieten

DE CE AI NEVOIE

- Un pachet de scobitori normale şi un pachet de scobitori colorate, împărţite în două şi amestecate în două grămezi, fiecare conţinând amestec din cele două feluri de scobitori
- Două cronometre sau ceasuri cu minutar
- Creion şi hârtie pentru subiecţi
- O a treia persoană care să cronometreze (opţional)
- Creion şi hârtie pentru notarea observaţiilor şi a rezultatelor sau o copie a Foii cu datele experimentului, de la pagina 7

CE TREBUIE SĂ FAC

Prima parte: fără a se lua la întrecere

1. Ia una dintre grămezile de scobitori şi d... pe cealaltă prietenului tău. Mergeţi în camere separate. Fiecare va sorta scobitorile în două grămezi diferite în funcţie de culoare. Faceţi asta cât puteţi de repede. Cronometraţi timpul în care aţi reuşit şi scrieţi pe foaie.
2. Amestecă scobitorile şi repetă experimentul.

Partea a doua: în competiţie

1. Sortează scobitorile în aceeaşi cameră cu prietenul tău şi în acelaşi timp. Vezi cine termină primul. (S-ar putea să vrei o a treia persoană care să cronometreze.) Fiecare va nota timpul în care a reuşit să rezolve.
2. Se vor amesteca scobitorile şi se va repeta experimentul.

CONCLUZII

Compară timpii din prima parte a experimentului cu cei din a doua parte a experimentului. A îmbunătăţit competiţia timpul de rezolvare?

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

Repetă experimentul cu mai multe perechi de persoane. Pe unele dintre ele cronometrează-le mai întâi în competiţie şi apoi separat. Astfel, îţi vei putea da seama dacă îmbunătăţirea timpului de sortare se datorează exerciţiului.

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

Deşi competiţia poate fi o motivaţie puternică, uneori cele mai bune performanţe apar atunci când faci ceva din plăcere. Multe persoane au nevoie de aprobare.

Dar au şi o dorinţă puternică de a câştiga. Asta poate duce la conflicte interioare, mai ales pentru persoanele care sunt talentate în mai multe domenii. Ar putea să îşi reducă uneori performanţele, gândindu-se că dacă ar câştiga permanent nu ar mai primi totdeauna aprobare. Ai trăit vreodată acest conflict? Ai realizat vreodată mai puţin decât erai în stare? Care a fost rezultatul? A meritat?

ŞTIAI CĂ?

- Competiţia în clasă poate cauza tot felul de probleme. Elevii ar putea să nu mai distingă scopul real al studiului. Ar putea să facă orice pentru a câştiga, inclusiv să trişeze. Ar putea decide că este imposibil să câştigi şi ar renunţa la şcoală. Una dintre modalităţile de evitare a problemelor cauzate de competiţie este să recompensezi elevii pentru îmbunătăţirea performanţelor şcolare, astfel ca aceştia să se depăşească pe ei înşişi.
- Competiţia îi motivează pe oameni să acţioneze mai rapid, dar de multe ori calitatea acţiunilor are de suferit. Ai prefera să mânânci ceva care a fost verificat superficial sau temeinic? Ai prefera să călătoreşti cu un avion construit în grabă sau cu unul construit încet şi cu atenţie.
- Un alergător are performanţe mai bune când aleargă alături de un alt competitor decât dacă aleargă singur, contra cronometru. Acelaşi lucru se întâmplă cu un cal de curse sau cu un şoarece pus să alerge într-un labirint.
- Potrivit opiniei lui Deborah Tannen, autoarea best-seller-ului *Pur şi simplu nu înţeleg: femei şi bărbaţi în conversaţie* (Morrow, 1990), bărbaţii văd conversaţia ca pe o competiţie – o modalitate de a obţine ceea ce vor. Pentru femei, conversaţia este o modalitate de a crea apropierea între şi dintre oameni. Eşti de acord cu concluziile autoarei Deborah Tannen?
- Copiii talentaţi învaţă adesea mai bine singuri decât în grup.

Sunt unele persoane mai cooperante decât altele?

S-ar putea să nu primeşti întotdeauna ceea ce vrei, dar, dacă ai noroc, s-ar putea să primeşti exact ceea ce ai nevoie – sau aşa se spune. Acest experiment propune o problemă *care nu poate fi rezolvată decât dacă subiecţii decid să coopereze unul cu celălalt. Descoperă cum se ajunge la decizia de a coopera şi cât de mult le ia subiecţilor să* învețe să lucreze împreună.

SUBIECŢI

- Cinci persoane cu vârste şi aptitudini similare

DE CE AI NEVOIE

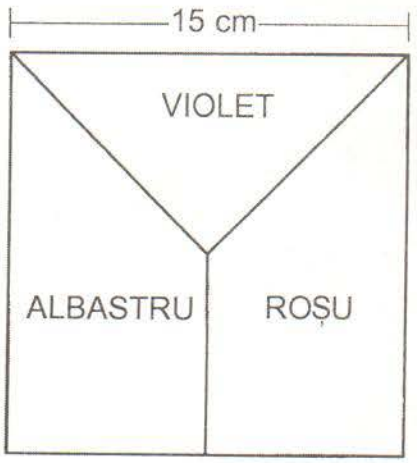
- 6 bucăţi de hârtie tare sau cartoane, pentru a alcătui un puzzle
- Foarfeci
- Markere colorate (roşu, verde, albastru, portocaliu şi violet)
- 5 plicuri cu dimensiunile 16 cm şi jumătate/25 cm (sau de orice dimensiuni, cu condiţia să încapă piesele de puzzle)
- Un cronometru sau un ceas cu minutar
- Creion şi hârtie pentru notarea observaţiilor şi a rezultatelor sau o copie a Foii cu datele experimentului, de la pagina 7

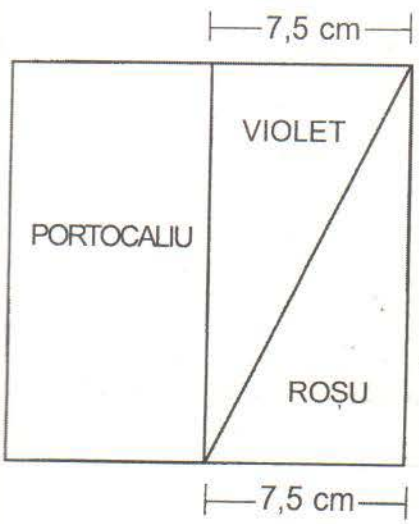
CE TREBUIE SĂ FAC

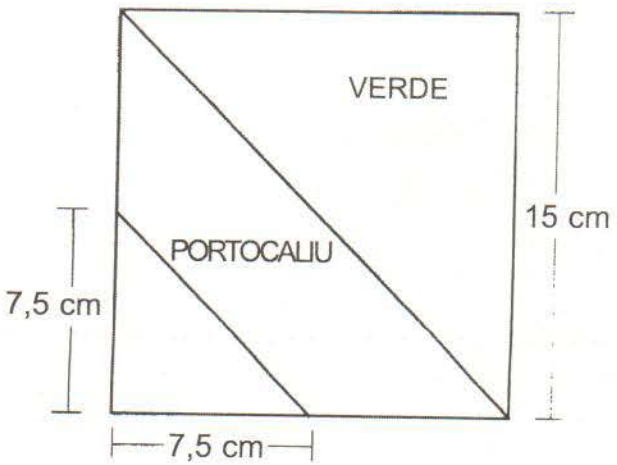
1. Urmează instrucţiunile de la pagina [illegible] pentru a construi setul de puzzle.
2. Dă fiecărui subiect câte un plic cu piese de puzzle. Spune-le: „Scopul vostru este să construiţi cinci pătrate perfecte folosind toate piesele de puzzle. Există mai multe moduri de a combina piesele pentru a face sau două pătrate, dar există o singură combinaţie din care vor rezulta 5 pătrate. Problema nu este rezolvată până când fiecare persoană nu va avea un pătrat perfect şi toate pătratele au aceeaşi mărime.
3. Spune: „Fiecare dintre voi trebuie să urmeze 3 reguli. Regula nr.1: Nu vorbiţi între voi în timp ce rezolvaţi puzzle-ul. Regula nr.2: Nu puteţi face semne [illegible] când doriţi o anumită bucată din puzzle. Regula nr.3: Puteţi să daţi bucăţi din puzzle-ul vostru, dar nu puteţi să luaţi nicio bucată".
4. Asigură-te că toată lumea a înţeles şi regulile şi începeţi. Cronometrează de mult le ia subiecţilor să rezolve problema.

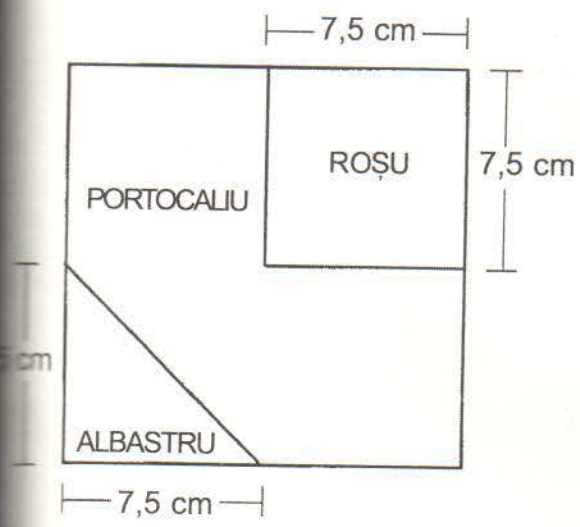
Cum să faci un set de puzzle

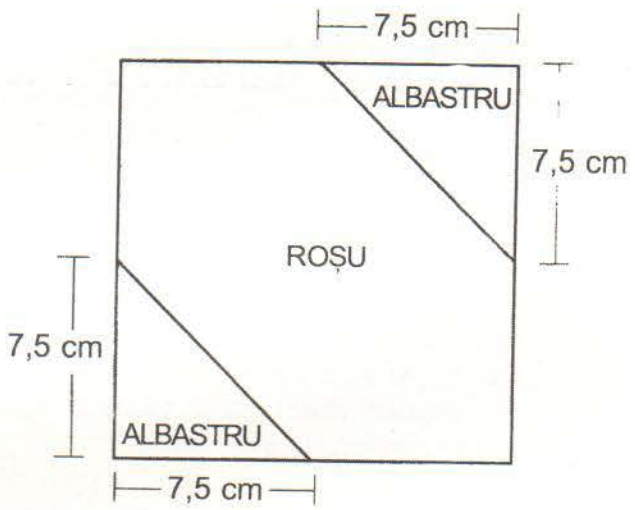
1. Tăiaţi cinci pătrate cu latura de 15 cm dintr-o hârtie tare sau din carton.
2. Tăiaţi pătratele în bucăţi şi daţi-le câte un cod: ROŞU, VERDE, ALBASTRU, PORTOCALIU şi VIOLET, ca în imaginile de alături.
3. Etichetaţi fiecare plic cu una dintre culori (roşu, verde, albastru, portocaliu şi violet). Puneţi piesele de puzzle colorate în plicurile etichetate, după culori: bucăţile roşii în plicul roşu etc. Veţi obţine cinci seturi de bucăţi de puzzle.











CONCLUZII

- Ce aţi observat în legătură cu modul în care subiecţii au rezolvat problema? Au fost unele persoane mai cooperante decât altele? A încercat cineva să ia bucăţile de care are nevoie?

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

- Repetă experimentul cu grupuri diferite de persoane. *Exemplu:* Doar bărbaţi, doar femei, doar adulţi, doar copii etc. Compară rezultatele. La ce concluzii ajungi?

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

- Atunci când avem o problemă de rezolvat, pare normal să iei de la alţii ceea ce ai nevoie. Căutăm persoane care ne pot ajuta. Dar cât de des oferim noi ajutor cuiva să rezolve o problemă? Este posibil să ai exact bucata care lipseşte din puzzle-ul celuilalt, dacă te opreşti să observi asta. Poate că şi altcineva va observa că are bucata de care ai tu nevoie.

ŞTIAI CĂ?

- Căutarea a ceea ce ai nevoie pare a fi cheia în satisfacerea nevoilor. Dar gândeşte-te la asta: Cele mai de succes afaceri sunt cele care prezintă nevoile şi dorinţele *celorlalte persoane*. Cu alte cuvinte, dacă vrei să reuşeşti în viaţă trebuie să te gândeşti şi la alte persoane.
- Comunicarea se bazează, parţial, pe ceea ce noi credem că se întâmplă. Noi înţelegem doar 70% din cuvintele pe care le auzim, restul îl completăm noi. *Exemplu:* Cineva te întreabă: „Ai tremurat de frică?". Dar ţie îţi este frig şi te gândeşti că auzi „Ai tremurat de frig?". Este uşor să nu înţelegi ceea ce ţi se spune atunci când te gândeşti la altceva.

Poarta castelului: o şaradă

Au fost odată doi prinţi care încercau mereu să se întrecă unul pe celălalt. Tatăl lor, regele, a încercat aproape totul pentru a-i face să colaboreze. I-a recompensat, i-a amenințat, i-a pedepsit, dar nimic nu apropia inimile celor doi prinţi în afară de victorie.

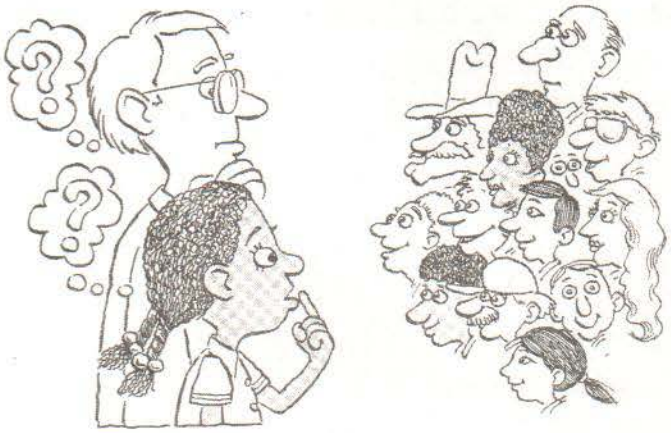
Regele nu a putut să îi schimbe cât a fost în viaţă. Când i s-a apropiat sfârşitul, i-a venit o idee. În testament, el le-a poruncit fiilor săi să călărească până la marginea regatului şi apoi să se întoarcă la castel, dar dându-le voie să descalece o singură dată pentru a adăpa caii. Acela dintre prinţi care va ajunge la castel al doilea avea să moştenească întregul regat.

Prinţii au început întrecerea. Fiecare dintre ei a încercat să călărească mai încet decât celălalt. După două zile şi două nopţi de călărit foarte lent, prinţii au început să se îngrijoreze. Părea că nici unul dintre ei nu va ajunge vreodată la porţile castelului.

Epuizaţi, s-au oprit la un han de pe marginea drumului. Hangiul i-a trezit dimineaţa pe amândoi, ca să poată pleca împreună. Pe când se pregăteau să plece, unul dintre fraţi i-a murmurat ceva celuilalt la ureche. Au râs amândoi, au sărit în şei şi au călărit cât de repede au putut înspre porţile castelului.

Ce rostise unul dintre fraţi la urechea celuilalt?

Răspuns: hai să schimbăm caii!



Copiii şi adulţii au moduri diferite de a grupa oamenii?

Cu cât înaintăm în viaţă cu atât avem mai multe modalităţi de a defini, a descrie şi a cataloga oamenii. Cu cât cunoaştem mai mute persoane cu atât aflăm mai multe despre oameni şi îi vedem în moduri din ce în ce mai diferite. Aminteşte-ţi de vremea când erai copil. Nu ţi se părea că majoritatea oamenilor seamănă între ei? Acest experiment explorează modul în care copiii şi adulţii tind să grupeze oamenii.

SUBIECŢI

- Cel puţin trei copii care înţeleg conceptele de „asemănător" şi „diferit"
  Cel puţin trei adulţi

DE CE AI NEVOIE

- Reviste cu fotografii în care să fie prezentaţi diferiţi oameni – bărbaţi, femei, fete, băieţi, oameni înalţi, oameni scunzi, oameni graşi, oameni slabi, oameni de diferite rase etc.
- Foarfeci
- Etichete
- Lipici
- Creion şi hârtie pentru notarea observaţiilor şi a rezultatelor sau o copie a Foii cu datele experimentului, de la pagina 7

CE TREBUIE SĂ FACI

Fă acest exerciţiu cu fiecare grup (copii sau adulţi) în parte. Nu contează care grup începe.

1. Taie diferite fotografii. Lipeşte-le pe cartonaşe pentru a nu se mototoli în timpul exerciţiului.
2. Cere subiecţilor să grupeze fotografiile, punându-le pe cele care „seamănă" în mormane separate. Nu răspunde la nicio întrebare care ţi-ar fi pusă despre modul în care trebuie sortate fotografiile. Notează răspunsurile.

CONCLUZII

- Care sunt criteriile pe care cele două grupuri le-au folosit cel mai mult pentru a grupa fotografiile? Vârstă, rasă, sex, mărime sau....?
- Există moduri diferite în care copiii grupează persoanele, comparativ cu adulţii?

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

- Dă-le subiecţilor o listă cu ocupaţii: gospodar, ofiţer de poliţie, judecător, asistentă medicală, cântăreţ, jucător de baseball, pompier, doctor, psiholog, secretară. Pune-i să grupeze fotografiile după ocupaţii. La ce concluzii ajungi?

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

- Acest experiment îţi aduce aminte să nu categoriseşti oamenii prea repede. Şi îţi mai aminteşte să nu te laşi categorisit. Dacă eşti o fată care visează să devină pilot de curse şi te gândeşti că toţi piloţii de curse sunt bărbaţi, nu lăsa acest gând să te oprească din drum. (Nu ai fi prima femeie pilot de curse. Shirley „Cha-Cha" Muldowney a fost prima femeie care a concurat în competiţia Top Fuel 1 mile pentru autovehicule rapide; Janet Guthrie a fost prima femeie care s-a calificat la cursa Indianapolis 500.) Dacă eşti un băiat care vrea să fie gospodar (casnic), nu exclude opţiunea doar pentru că cele mai multe femei sunt gospodine. (Lui John Lennon, fost membru al formaţiei rock The Beatles, îi plăceau activităşile casnice.) Contează ce vrea fiecare şi ce poate face bine.

ŞTIAI CĂ?

- Cercetătorii au descoperit că echipele de fotbal şi hochei care poartă echipament negru sunt considerate mai agresive şi primesc mai multe penalităţi. Arbitrii sunt înclinaţi să acuze jucătorii agresivi de „răutate" atunci când aceştia poartă uniforme negre. De ce crezi că se întâmplă astfel?

Cum ajung indivizii să formeze un grup?

Pot 4-5 oameni să acţioneze ca „unul singur" chiar şi atunci când nimeni nu este numit lider? Acest experiment analizează modul în care oamenii încep să acţioneze ca grup – ca unul –, şi nu ca indivizi.

SUBIECŢI

4-5 persoane

DE CE AI NEVOIE

Un cronometru sau un ceas cu minutar

Creion şi hârtie pentru notarea observaţiilor şi a rezultatelor sau o copie a Foii cu datele experimentului, de la pagina 7.

CE TREBUIE SĂ FACI

1. Cere subiecţilor să stea în picioare şi să deschidă şi să strângă mâinile până când le vei spune să se oprească. Lasă-i să facă asta timp de câteva minute (cel puţin 2 minute). Nu va exista o impresie a „uniunii". Este posibil să pară că a trecut mai mult timp şi persoanele să nu se simtă confortabil.
2. Spune-le subiecţilor să se relaxeze timp de 30 de secunde.
3. Apoi, cere-le să îşi strângă braţele iarăşi şi să aştepte cu ele strânse până când toţi din grup le deschid exact în acelaşi timp. Şi asta fără să vorbească între ei. Nu renunţa dacă nu iese din prima încercare. Pune-i să încerce până reuşesc.

CONCLUZII

- De obicei, în timpul acestui experiment se acumulează multă tensiune, iar, apoi, toţi îşi dau drumul la mâini în acelaşi timp. Unele grupuri trebuie să exerseze multă vreme împreună până să ajungă să reuşească. Atunci când oamenii lucrează împreună o perioadă de timp – de exemplu, în practicarea unui sport de echipă sau la repetiţia unei piese de teatru –, îşi dezvoltă un sentiment de apartenenţă şi pot să se „citească" unul pe celălalt. Parte din acest sentiment de armonie se dezvoltă pentru că toţi împărtăşesc acelaşi scop.
- Întreabă subiecţii cum s-au simţit în timpul acestui experiment.
- A jucat limbajul trupului vreun rol în îndeplinirea exerciţiului?
- Există vreo persoană care începe să devină liderul grupului?

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

- Repetă experimentul cu un grup diferit, dar de data aceasta subiecţii să aibă ochii închişi. Sarcina de a acţiona simultan devine mai grea sau mai uşoară?
- Repetă experimentul, dar pune subiecţii să stea mai întâi aproape, iar apoi mai departe. În care dintre cazuri funcţionează mai uşor?

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

- Este posibil să fi trăit ceva asemănător acestui experiment într-un trafic aglomerat, atunci când oamenii şi maşinile se pot mişca foarte încet pentru a nu se lovi. Există situaţii în care această formă specială de comunicare ar putea să salveze vieţi?
- Un lider stabileşte pasul şi observă mici schimbări înaintea celorlalţi. Un lider vede imaginea panoramică şi modul în care mai multe detalii încep să se potrivească pentru a forma o nouă idee sau o nouă tendinţă. El sau ea pot fi orientaţi doar în direcţia spre care se îndreaptă cultura din care fac parte, dar pot simţi aceste diferenţe şi din interior. Dacă înveţi să dai atenţie detaliilor exterioare şi să acţionezi în baza sentimentelor tale interioare, asta duce la o întărire a abilităţilor de lider.

ŞTIAI CĂ?

- Un student a făcut un film scurt (de trei minute şi jumătate) despre copiii care se joacă împreună pe terenul şcolii. Una dintre fetiţe părea să aibă abilitatea de a conduce fără să fie conştientă de aceasta. De câte ori sărea coarda în apropierea unui grup de copii, ceilalţi începeau să îşi adapteze ritmul după acela al fetiţei, fie că săreau coarda, sau se jucau cu mingea sau doar se plimbau. În vreme ce fetiţa se muta de la un grup la altul, conducea activitatea de pe întreg terenul de joacă. Studentul a armonizat mişcarea copiilor cu o bucată muzicală contemporană. Nici măcar o singură secvenţă nu ieşea din ritm. Copiii păreau să se mişte ca şi cânt toţi ar fi ascultat aceeaşi muzică interioară. Poate asta explica de ce un anumit tip de muzică devine „brusc" popular? Ajută la explicarea comportamentelor altor grupuri?

AUTOEXPRIMARE

Prin ce se dezvăluie oamenii mai mult: prin arta lor sau prin scris?

Există multe modalităţi prin care poţi să descoperi cum sunt oamenii. Hainele pe care le îmbracă, tunsorile, modul în care merg, modul în care îşi aleg hrana sau prietenii sunt doar câteva indicii pe care le putem folosi. Există oare lucruri care dezvăluie în mod special sau care ne dau un număr mai mare de detalii despre o persoană? Acest experiment caută răspunsuri la întrebarea „ce ne dezvăluie mai mult despre o persoană, stilul artistic sau modul în care scrie?".

SUBIECŢI

- Cel puţin 8 persoane care nu se cunosc prea bine.

DE CE AI NEVOIE

- Câte două bucăţi de hârtie pentru fiecare subiect
- Creion şi hârtie pentru notarea observaţiilor şi a rezultatelor sau o copie a Foii cu datele experimentului, de la pagina 7.

CE TREBUIE SĂ FACI

1. Pune subiecţii să deseneze ceva pe una din bucăţile de hârtie. Apoi, roagă-i să scrie un scurt paragraf pe cealaltă bucată.
2. Adună hârtiile şi amestecă-le.
3. Dă fiecărui subiect câte un desen şi câte un paragraf (ai grijă să nu primească desenul sau paragraful propriu). Cere-le să se uite la desen şi la paragraf şi să vadă dacă pot spune câte ceva despre autori.

   Desenele şi paragrafele pot să aparţină unor autori diferiţi. Cere subiecţilor să „analizeze" fiecare artist/autor după care să şi scrie observaţiile pe hârtie. Poţi să le ceri să spună dacă autorul este femeie sau bărbat, tânăr sau în vârstă, fericit sau nefericit, mai serios sau mai jucăuş etc.
4. Subiecţii îşi găsesc şi îşi recuperează propriile desene şi paragrafe. Apoi, cere-le să noteze cât de exacte au fost „analizele" folosind o scară de la 0 (nu mă caracterizează) la 5 (mă caracterizează).

CONCLUZII

- A primit fiecare artist/autor interpretări similare privind propria personalitate pe baza citirii paragrafului şi observării desenului sau au existat diferenţe majore? Dacă au existat diferenţe, cum pot fi acestea explicate?
- Ce pare să fi dezvăluit mai mult despre personalitatea autorului: paragraful, desenul sau nici una dintre ele?
- Te-ai fi aşteptat ca unele persoane să se exprime mai bine prin desen? Sau ca alţii să se poată exprima pe sine mai bine prin scris? De ce? Te poţi gândi la alte modalităţi prin care oamenii să se exprime pe ei înşişi mai bine?

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

- Repetă acest experiment, comparând elevi care sunt buni la matematică şi elevi care sunt buni la arte plastice.
- Inversează experimentul. Ia analizele pe care le-a scris fiecare subiect, amestecă-le şi împarte-le şi cere-le subiecţilor să scrie un paragraf sau să facă un desen care să caracterizeze persoana descrisă în analiză. Ar trebui să facă câte un desen pentru fiecare paragraf pe care îl primesc. Şi invers, pentru fiecare desen primit să scrie un paragraf.

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

- Atunci când priveşti o operă de artă sau citeşti o carte, gândeşte-te la persoana care a creat-o. Dacă te uiţi mai de aproape sau citeşti cu atenţie s-ar putea să descoperi că te-ai familiarizat cu un autor pe care nu îl mai întâlniseşi până acum.
- Absolut tot ce faci este un fel de autoportret. Uită-te la camera ta, la garderobă, la tunsoare. Toate exprimă câte ceva despre tine. Dar spun oare ceea ce vrei tu să spună?

ŞTIAI CĂ?

- Se spune că faimoasa pictură a lui Leonardo da Vinci, Mona Lisa, ar putea să fie un autoportret. Uită-te la opera lui da Vinci şi la operele altor artişti. Ce poţi afla despre fiecare persoană din opera sa?

Ce dezvăluie scrisul de mână?

De obicei, este foarte uşor să îţi dai seama când o persoană a scris ceva în grabă. Acest experiment arată ce altceva mai poate dezvălui scrisul de mână al fiecărei persoane.

SUBIECŢI

- Oricâte persoane

DE CE AI NEVOIE

- Câte o copie a testului Ce ne dezvăluie scrisul de mână?, de la pagina 110, pentru fiecare subiect.
- Creioane pentru subiecţi
- Creion şi hârtie pentru notarea observaţiilor şi a rezultatelor sau o copie a Foii cu datele experimentului, de la pagina 7

CE TREBUIE SĂ FACI

1. Roagă subiecţii să facă testul Ce ne dezvăluie scrisul de mână? şi să îţi semneze testele.
2. Strânge testele.

Răspunsuri la testul Ce ne dezvăluie scrisul de mână?

1. **A.** (liniile egale pot arăta o stare echilibrată, în vreme ce liniile care merg întâi în sus, apoi în jos şi, apoi, din nou în sus reprezintă o persoană care poate trece uşor de la fericire la tristeţe şi înapoi la fericire etc.).
2. **B.** (poţi să explici de ce?)
3. **B.** (spaţiul dintre „sunt" şi „20" arată ezitarea)
4. **A.** (numele celor pe care îi respectăm poate fi scris uneori cu litere mai mari)
5. **B.** (literele se micşorează în B, ceea ce arată că autorul nu are nevoie să se concentreze pentru a-i veni ideile)
6. **A.** (de obicei, fetele de 13 ani îşi împodobesc astfel paginile scrise)
7. **B.** (B încalcă regulile, în vreme ce A stă la coadă; vezi Ştiai că?, de la pagina [illegible])

CONCLUZII

- A dat majoritatea subiecţilor aceleaşi răspunsuri? Dacă da, asta arată că noi ataşăm semnificaţii stilului de scriere. Chiar dacă scrisul unei persoane nu ne spune prea multe despre autor, noi descifrăm semnificaţie în asta.

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

- Scrie ceva de mână când eşti somnoros sau bolnav. Compară scrisul acesta cu scrisul tău de mână normal. Arată cele două eşantioane unei alte persoane şi întreab-o care a fost făcut când îţi era somn sau când erai bolnav.
- Desenează repede o linie, apoi trasează aceeaşi linie încet. Arată cele două linii altor persoane şi vezi dacă pot să facă diferenţa.
- Gândeşte-te la ceva care te enervează şi scrie o propoziţie despre acel lucru. Apoi, gândeşte-te la ceva care îţi face plăcere şi scrie o altă propoziţie. Compară cele două eşantioane de scris.

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

- Din moment ce alte persoane îşi formează opinii şi impresii despre tine din scrisul de mână, s-ar putea să vrei să îl îmbunătăţeşti. Este scrisul tău de mână ordonat, curat şi inteligent?
- Imaginează-ţi că scrii o lucrare pentru şcoală. Poţi să o faci să pară ordonată sau neglijentă. Care dintre cele două ar putea primi o notă mai mare?

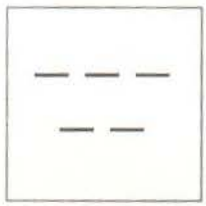
ŞTIAI CĂ?

- Un număr semnificativ – sau un „număr semnificativ din punct de vedere statistic" – de criminali condamnaţi nu îşi aliniază textul în marginea stângă atunci când li se cere să scrie pe o coală albă de hârtie.
- Pe lista oficială a fişelor de post, Departamentul American al Muncii a trecut slujba de specialist în scrisul de mână de la categoria „amuzament şi distracţie", la categoria „profesii diverse".
- Oamenii care şi-au pierdut mâinile şi trebuie să înveţe să scrie ţinând stiloul în gură au acelaşi scris ca atunci când foloseau mâinile.

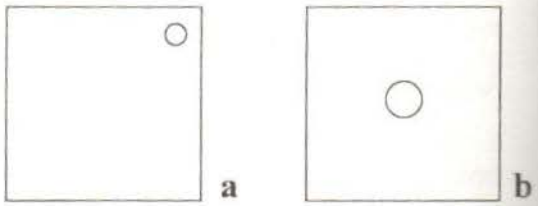
CE DEZVĂLUIE SCRISUL DE MÂNĂ?

Încercuieşte A sau B pentru fiecare întrebare.

1. Cine trece de la fericire la tristeţe?



2. Cui îi place să fie centrul atenţiei?



3. Cine este nesigur cu privire la vârsta sa?

a. *Am 20 de ani.*
b. *Am 20 de ani.*

4. Cine crede cu adevărat că Mary va face o treabă bună?

a. *Mary Smith va face o treabă bună.*
b. *Mary Smith va face o treabă bună.*

5. Cine este mai inteligent?

a. *Eu sunt mai deştept decât tine.*
b. *Eu sunt mai deştept decât tine*

6. Cine este o fată de 13 ani?

a. *În curând va fi ziua mea de naştere!*
b. *În curând va fi ziua mea de naştere.*

7. Care dintre scrisori e mai probabil să fi fost scrisă în închisoare?

Dragă mamă,

Mulţumesc pentru veşti - am fost foarte bucuros să aud că totul este bine acasă.

Te rog trimite-mi un pachet cu prăjituri, săpun şi o poză cu voi toţi.

Cu drag,
Primul tău fiu !

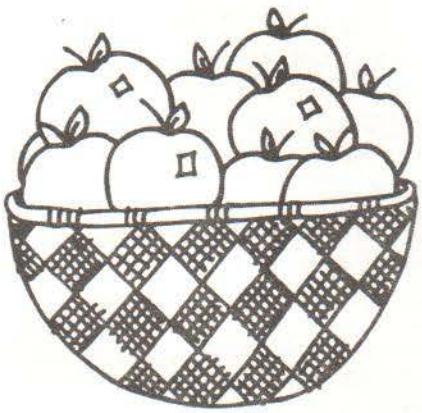
Dragă mamă,

Mulţumesc pentru veşti - am fost foarte bucuros să aud că totul este bine acasă.

Te rog trimite-mi un pachet cu prăjituri, săpun şi o poză cu voi toţi.

Cu drag, Primul tău fiu !

Semnătura



Suntem mai mult asemănători sau mai mult diferiţi?

Aceasta este al doilea experiment surpriză din *Psihologia pentru copii II*. Este contribuţia lui Stacy Dunn, care a terminat de curând facultatea şi intenţionează să obţină diploma de master. Vom afla mai multe despre Stacy Dunn în secţiunea Ştiai că?, de la sfârşitul experimentului.

SUBIECŢI

- 10 prieteni.

DE CE AI NEVOIE

- 10 mere cât mai asemănătoare ca mărime şi culoare.
- Creion şi hârtie pentru notarea observaţiilor şi a rezultatelor sau o copie a Foii cu datele experimentului, de la pagina 7

CE TREBUIE SĂ FACI

1. Invită-i pe cei 10 prieteni să stea împreună.
2. Dă fiecăruia câte un măr şi roagă-i să nu îl mănânce.
3. Roagă-i să găsească dintre cele 10 mere pe cel cu forma cât mai apropiată de perfecţiune.

CONCLUZII

- A ales fiecare dintre cei 10 acelaşi măr sau au fost opinii diferite în cadrul grupului?
- Fiecare dintre noi are o idee proprie despre cum arată mărul perfect. În acelaşi mod, avem propriile opinii despre persoane.

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

- Complică puţin exerciţiul, rugându-i pe subiecţi să descopere forma perfectă, culoarea perfectă, mirosul, gustul şi compoziţia care să se apropie de perfecţiune (iar de data asta trebuie să şi mănânce mărul).
- Cere câtorva persoane opinia lor despre cum arată o zi perfectă. Câte tipuri de zile perfecte descoperiţi?
- Fotografiază picioarele goale ale câtorva persoane. Etichetează fotografiile pe verso. Arată-le unui grup de subiecţi fără a-i lăsa să vadă şi etichetele. Cere-le să spună: cine este înalt? Cine este blond? Cine este în vârstă? Cine este cel mai tânăr? Probabil că le va fi greu să răspundă la aceste întrebări pentru că oamenii sunt mai degrabă asemănători decât diferiţi.

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

- Ceea ce vor descoperi oamenii la sfârşitul acestui experiment este faptul că între mere..., ca şi între oameni, există mai mult asemănări decât diferenţe.

ŞTIAI CĂ?

- Stacy Dunn, care şi-a adus contribuţia la acest experiment, este foarte asemănătoare cu voi, dacă vă place să călăriţi, să mergeţi cu pluta, să schiaţi, să practicaţi artele marţiale şi să participaţi la alte activităţi colaterale care pun la încercare fizicul. Dar nu creaţi un stereotip şi nu consideraţi că Stacy doar se joacă şi nu munceşte. Ea face multe alte lucruri – din scaunul său cu rotile. Este un orator motivaţional, un avocat pentru persoanele cu disabilităţi, un membru şi un antrenor în forţele Crucii Roşii, traducător pentru un avocat şi multe altele. Stacy este un „măr" bun.

Oamenii sunt mai mult subiectivi sau mai mult obiectivi?

Acest experiment ne arată cum uneori oamenii văd lumea „subiectiv" (din propriul punct de vedere), iar alteori, obiectiv (din punctul de vedere al altei persoane).

SUBIECŢI

- 4 sau mai mult persoane

DE CE AI NEVOIE

- Hârtie şi creion pentru fiecare subiect
- Creion şi hârtie pentru notarea observaţiilor şi a rezultatelor sau o copie a Foii cu datele experimentului, de la pagina 7

CE TREBUIE SĂ FACI

Fă experimentul cu câte doi subiecţi pe rând:

1. Dă la doi dintre subiecţii tăi un test de matematică. Citeşte următoarele probleme simple de matematică şi cere-le să le rezolve:
   - 7 - 4 =
   - 10 + 3 =
   - 12 x 3 =
   - 4 x 2 =
   - 9 x 3 =
2. Celorlalte două persoane dă-le un test de scriere. Citeşte cu voce tare următoarele cuvinte şi roagă-i să le scrie corect.
   - Ou
   - Liber
   - Mititel
   - Balon
   - Vultur

3. După fiecare test, cere-le subiecților să închidă ochii. Trasează pe fruntea fiecăruia litera E mare de mână și roagă-i să scrie ceea ce ai trasat. Este important ca litera de pe frunte să fie E, pentru că are marginile rotunjite – ca un trei inversat. Nu rosti litera în timp ce o scrii.

4. Cere fiecărui subiect să spună ce ai scris pe fruntea sa.

CONCLUZII

- Cei care au văzut simbolul „pe dos" vor spune că este cifra 3. Ei au privit simbolul în *mod subiectiv* – din punctul lor de vedere.
- Cei care nu au văzut pe dos vor spune că a fost trasată litera E. Ei au văzut simbolul în *mod obiectiv* – din punctul altcuiva de vedere.
- Persoanele care au avut testul la matematică au fost cele care au spus că simbolul era cifra 3, mai des decât cele care au avut testul de scriere?
- S-ar putea să vrei să compari rezultatele acestui experiment cu rezultatele Experimentului #10, „Cum își formează oamenii judecățile?", și să vezi dacă ajungi la vreo concluzie interesantă.

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

- Repetă a doua parte a experimentului – trasarea literei – fără teste.
- Utilizează experimentul pe grupuri de femei și bărbați pentru a compara răspunsurile.

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

- Când poți privi lucrurile atât din interior (subiectiv) cât și din exterior (obiectiv), poți aprecia nevoile, problemele și perspectivele celorlalți. Îți faci timp să privești aceste lucruri din perspectiva celuilalt? Privești des lucrurile astfel? De obicei, este bine să încerci să privești lucrurile din ambele puncte de vedere.

ȘTIAI CĂ?

- Studiile au arătat că, cel mai adesea, bărbații, spre deosebire de femei, sunt cei care văd litera E trasată pe frunte într-un mod obiectiv – ca litera E nu ca cifra 3.

COMPORTAMENT

Putem modela comportamentul altor oameni?

Dacă ştii câte ceva despre modul în care se învaţă comportamentul, poţi folosi aceste cunoştinţe pentru a-ţi dresa animalele de casă, pentru a „dresa semenii" (cu alte cuvinte, să determini alte persoane să te trateze aşa cum doreşti) şi pentru a înţelege de ce unele persoane acţionează într-un anumit fel. Una dintre modalităţile de a antrena oamenii este să îi răsplăteşti atunci când se comportă aşa cum vrei tu. Acest experiment explorează modul de folosire al recompenselor.

SUBIECŢI

- 2 sau mai multe persoane

DE CE AI NEVOIE

- Câţiva prieteni care să fie observatori
- Creion şi hârtie pentru notarea observaţiilor şi a rezultatelor sau o copie a Foii cu datele experimentului, de la pagina 7

CE TREBUIE SĂ FACI

1. Pune un subiect să joace rolul unui „Şobolan de laborator înfometat", iar un altul să fie „Platoul de distribuire a hranei". Persoana care joacă rolul şobolanului iese din cameră în timp ce tu şi observatorii decideţi asupra comportamentului care trebuie schimbat sau condiţionat. V-aţi putea gândi la ceva, precum: Şobolanul să stea lângă calorifer, sau într-un anume scaun sau să privească pe fereastră.
2. Invită Şobolanul din nou în cameră. Nu îi spune ce te aştepţi să facă. Doar observă-l. Când Şobolanul se apropie – comportându-se aproape aşa cum doreşîti – „Platoul de distribuire a hranei" spune „Bine". Acest cuvânt ar trebui spus în acelaşi mod de fiecare dată, fără a mai adăuga altceva.
3. Acest experiment se încheie atunci când Şobolanul se comportă aşa cum ai decis.

CONCLUZII

- Ţi s-a părut că Şobolanul a fost uşor de dresat?
- Vă puteţi gândi la căi prin care modelarea comportamentului poate să îmbunătăţească relaţiile dintre oameni?
- Acest experiment v-a oferit vreun indiciu despre modul în care influenţa unui egal poate contribui la modelarea comportamentului oamenilor?

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

- Ai folosit modelarea verbală dacă ai jucat vreodată jocul celor 20 de întrebări. Mai joacă-l o dată, numai că, de data aceasta, urmăreşte-l din punct de vedere ştiinţific. Iată cum se joacă, dacă nu ştii deja. O persoană se gândeşte la ceva şi le spune celorlalţi categoria obiectului: animal, legumă, mineral. Ce-a de-a doua persoană se gândeşte la 20 de întrebări la care să se răspundă cu Da sau Nu, pentru a afla care este acel obiect. Se ţine seama doar de întrebările la care răspunsul este Nu, aşa că cel care întreabă are la dispoziţie mai mult de 20 de întrebări.

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

- Dacă vrei să te împrieteneşti cu o anumită persoană, încearcă să îi modelezi comportamentul. Zâmbeşte-i, vorbeşte-i prietenos, şi aşa mai departe, ori de câte ori acea persoană vine către tine sau îţi vorbeşte aşa cum vrei. Atunci când îi vorbeşti, foloseşte-i numele. În curând, vei observa că acea persoană vine în preajma ta mai des.
- Gândeşte-te la o persoană pe care o cunoşti, care este mereu prost dispusă. Poate că pur şi simplu nu este o persoană drăguţă. Dar gândeşte-te cum ai putea să îi influenţezi comportamentul. Gesturile şi reacţiile tale joacă vreun rol în modul în care ceilalţi îţi răspund?
- Fii atent la modul în care ceilalţi doresc să îţi modeleze comportamentul. Încearcă să ai controlul asupra comportamentului tău. Cu alte cuvinte, fii atent la ce gândeşti şi ce simţi. Aceasta înseamnă să nu faci anumite lucruri doar pentru a obţine aprobarea sau a evita dezaprobarea.

ŞTIAI CĂ?

- Modelăm comportamentul celorlalţi fie că vrem sau nu, fie că ne dorim asta sau nu. Îi influenţăm fie că le răspundem într-o manieră pozitivă, fie negativă. Uneori, în moduri în care nu dorim să o facem. *Exemplu:* Unora dintre elevi nu le plac regulile pe care le stabilesc profesorii, aşa că decid să le încalce. Ei speră că profesorii vor renunţa în cele din urmă şi nu îi vor mai obliga să le respecte. În schimb, profesorii creează şi mai multe reguli. Cu siguranţă că elevii nu îşi doreau asta. Dar este ceea ce au „obţinut" pentru că i-au făcut pe profesori să creadă că au nevoie de mai multe reguli.
- Un grup de studenţi a făcut un experiment pentru a observa cum elevii pot influenţa comportamentul profesorilor. Când profesorul s-a deplasat într-o parte a clasei, elevii au părut interesaţi de ceea ce spunea el. Dar când s-a deplasat în cealaltă parte, elevii au părut că sunt plictisiţi. Nu după multă vreme, profesorul îşi petrecea cea mai mare parte a timpului... puteţi ghici unde? Comportamentul profesorului a fost modificat de elevi.

Indicii folositoare despre recompense şi pedepse

Te gândeşti să dresezi un animal de casă... sau să instruieşti un membru al familiei, ori un prieten? Ţine minte următoarele:

- Recompensele sau pedepsele trebuie aplicate imediat după ce s-a produs un comportament pe care doriţi să îl schimbaţi.
- O pedeapsă rapidă şi sigură este mai eficientă decât o pedeapsă aplicată cu întârziere, chiar dacă cea din urmă este mai severă. Acesta este motivul pentru care mulţi tineri fumează sau nu sunt atenţi la ce mănâncă. Ei, pur şi simplu, nu cred că tocmai lor li s-ar putea întâmpla să se îmbolnăvească de cancer la plămâni sau de boli de inimă. Şi chiar dacă li se va întâmpla – asta va fi posibil doar când vor fi „bătrâni". Pedeapsa este atât de târzie, încât nu are efect asupra comportamentului.
- O recompensă este orice care face ca un anumit comportament să se repete cât mai des – chiar dacă seamănă cu o pedeapsă. Acesta este motivul pentru care unii oameni repetă crimele. Intrarea în închisoare pare pentru ei o recompensă pentru că au ajuns să considere închisoarea drept casa lor.
- Comportamentele care sunt recompensate de fiecare dată sunt învăţate foarte repede. Comportamentele care primesc recompense doar uneori se învaţă mai încet, dar sunt mai de durată. Dacă o recompensă este dată de fiecare dată, subiecţii au tendinţa de a înceta acel comportament odată cu stoparea recompensării.
- Dacă îţi dresezi animalul de casă, laudă-l în timp ce îi oferi recompensa de hrană. S-ar putea ca animalul să se comporte cum doreşti şi să se mulţumească doar cu lauda, chiar şi atunci când nu îi mai dai recompensa de hrană.
- Ignorarea unui comportament îl îndepărtează mai repede decât o pedeapsă, dar va mai mult timp. (Vezi Experimentul #28 „Ignorarea unui comportament va duce la dispariţia lui?")
- Fie că foloseşti recompensa, fie că utilizezi pedepse, nu încerca să schimbi mai mult de un comportament o dată.

Putem condiţiona oamenii să răspundă în anumite moduri?

Acest experiment este asemănător jocului „Simon spune", în care oamenii trebuie să urmeze instrucţiuni doar dacă acestea încep cu propoziţia „Simon spune". persoanele participă la acest joc devin uneori condiţionate să urmeze instrucţiunile chiar dacă acestea nu încep cu „Simon spune". În acest fel, ele, desigur, pierd jocul.

SUBIECŢI

- Oricât de multe persoane doreşti să testezi

DE CE AI NEVOIE

- Creion şi hârtie pentru subiecţi
- O linie
- Creion şi hârtie pentru notarea observaţiilor şi a rezultatelor sau o copie a Foii cu datele experimentului, de la pagina 7

CE TREBUIE SĂ FACI

Fă experimentul cu câte o singură persoană.

1. Roagă subiectul să stea la o masă, având o foaie de hârtie şi un creion. Spune-i că de fiecare dată când rosteşti „scrie", ea sau el trebuie să deseneze o linie.
2. Stai în spatele subiectului. De fiecare dată când rosteşti „Scrie", loveşti scaunul cu o linie. Repetă asta de 20 de ori.
3. A 21-a oară doar loveşti scaunul fără a mai rosti „Scrie".

CONCLUZII

- Ce se întâmplă atunci când loveşti scaunul fără a mai rosti „Scrie"? Încep subiecţii să traseze o linie sau nu?
- Ce crezi că se întâmplă în timpul acestui experiment? La ce concluzii ajungi?

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

- Dacă ţii în faţa ta o bucată de plastic transparent şi ceri cuiva să arunce din lateral o bucată de hârtie mototolită, asta te va face să clipeşti. Creează un experiment care să facă oamenii să clipească în situaţii în care nu ar face-o în mod normal.

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

- Înţelegerea modului condiţionat de învăţare te ajută să îţi controlezi obiceiuri pe care nu vrei să le ai. Întreabă-te: există ceva legat de obiceiul meu, pe care îl fac în mod automat, fără să mă gândesc? Cu ce contribuie asta la obiceiul meu?
  Exemplu: Unele persoane care sunt supraponderale cred că nu mănâncă prea mult. Dacă se uită mai atent la obiceiurile lor, vor fi surprinse să observe că mănâncă de câte ori se uită la televizor. Televizorul este ca o voce care spune „Simon spune", iar ei răspund automat la ea, după cum

s-au învăţat singuri. Dacă ai un obicei de care vrei să scapi, începe prin a observa automatismele.

- Ai reacţii automate faţă de anumite categorii de persoane? Poate că aşa ai fost învăţat. *Exemplu:* Dacă fiecare persoană roşcată pe care o cunoaşti te-a tratat urât, s-ar putea să ai o reacţie automată faţă de fiecare persoană roşcată pe care o vezi prima dată. Dacă ai o reacţie negativ faţă de o persoană pe care nu o cunoaşti prea bine, întreabă-te dacă nu cumva judeci acea persoană în baza experienţelor trecute şi nu în baza calităţilor sale.

ŞTIAI CĂ?

- Oamenii de ştiinţă au educat celulele şobolanilor făcând următorul experiment: aprindeau lumina şi dădeau drumul la un sunet ori de câte ori hrăneau animalul cu albuş de ou. După perioada de antrenament, celulele şobolanului deveneau active doar la aprinderea luminii şi la sunet, fără ca şobolanul să mai primească albuş de ou. Vă puteţi imagina cum o persoană ar putea să înveţe să fie alergică la ceva?

Condiţionarea clasică: câinii lui Pavlov

Un om de ştiinţă rus, numit Ivan Pavlov, a devenit celebru după ce a descoperit că reacţiile involuntare pot fi condiţionate. El suna din clopoţel de câte ori îşi hrănea câinii, care erau subiecţii acestui experiment. Câinii salivau ca reacţie la hrană. Pavlov a descoperit că animalele ar putea saliva doar la auzul clopoţelului, chiar şi atunci când nu le mai oferea hrană. Aceasta este *condiţionarea clasică*. Iată cum se procedează:

1. Hrana îl face pe câine să saliveze în mod natural. Hrana este un *stimul necondiţionat*.

2. Un sunet de clopoţel nu îl va face pe câine să saliveze în mod natural. Sunetul este un stimul condiţionat. (doar sunet, câinele nu salivează)

3. Pavlov a folosit simultan hrana şi sunetul până când animalul a învăţat să facă legătura între cei doi stimuli.

4. În cele din urmă, câinele a salivat doar la auzul sunetului, fără a mai primi şi hrană.

Reacţie *necondiţionată* = salivare ca răspuns la stimulul hrană.

Reacţie *condiţionată* = salivare ca răspuns la auzul unui sunet.

Ce putem învăţa de la larve?

Acest experiment foloseşte larve şi nu oameni, pentru a putea vedea o altă latură a experimentelor psihologice. Psihologia încearcă să înţeleagă comportamentul uman bazându-se pe experimente făcute pe animale. Poţi ghici de ce animalele sunt mai lesne de folosit ca subiecţi? Poţi ghici de ce rezultatele experimentelor cu animale nu sunt la fel de folositoare? Larvele sunt distractive. Păstrează-le într-un borcan în care ai pus câţiva pumni de cereale, sau tărâţă, şi o felie de măr sau de cartof pentru apă. Eliberează-le la sfârşitul experimentului.

SUBIECŢI

- Larve (le găsiţi în grămezile de grâu, în rumeguş, sau le puteţi cumpăra de la magazine de animale)

DE CE AI NEVOIE

- Hrană şi apă pentru larve şi un loc unde să le ţinem
- O cutie de carton solidă cu capac (de 25/25 cm sau 30/30 cm, mărimea nu contează câtă vreme nu este nici prea strâmtă, nici prea largă)
- Un alt carton
- Lipici sau un pistol cu lipici
- Foarfeci
- O linie
- O cantitate mică de tărâţe (pe lângă hrana normală a larvelor)
- Creion şi hârtie pentru notarea observaţiilor şi a rezultatelor sau o copie a Foii cu datele experimentului, de la pagina 7

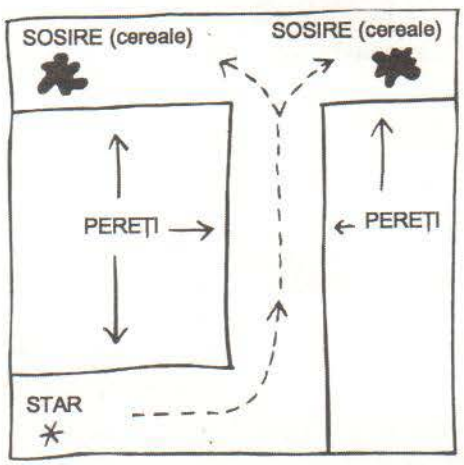
CE TREBUIE SĂ FACI

1. Urmează instrucţiunile de la pagina 122 şi construieşte două labirinturi în formă de T.
2. Pune o linguriţă de tărâţe la fiecare din cele două posibile ieşiri din labirint.
3. Pune câte două larve în fiecare labirint, la începutul acestuia.
4. Observă ce fac.

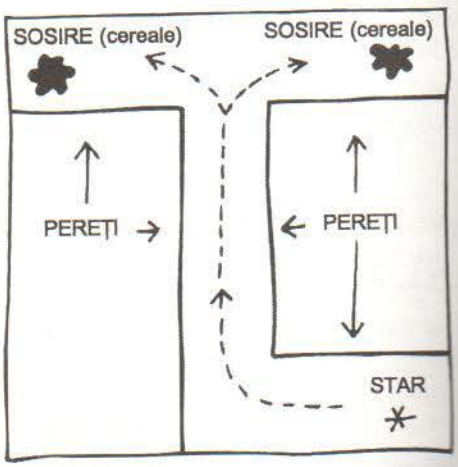
Cum să construieşti un labirint sub formă de T pentru larve

1. Foloseşte fundul cutiei pentru un labirint, iar capacul pentru cel de-al doilea.
2. Formează pereţii din fâşii de carton, late de 7,5 cm. Ai nevoie de două seturi de pereţi.
3. Fixează pereţii de podea în fiecare labirint. Foloseşte un pistol cu lipici în loc de lipici simplu, dacă nu vrei să ţii pereţii cu mâna până se lipesc.

   Observă că, în fiecare labirint, obligi larvele să se îndrepte spre stânga sau spre dreapta încă de la început, dar, în final, dai două opţiuni.



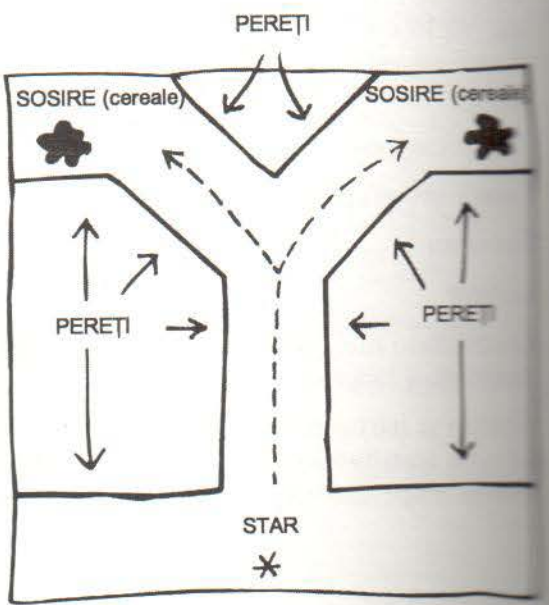
Întoarcere forţată către stânga



Întoarcere forţată către dreapta

CONCLUZII

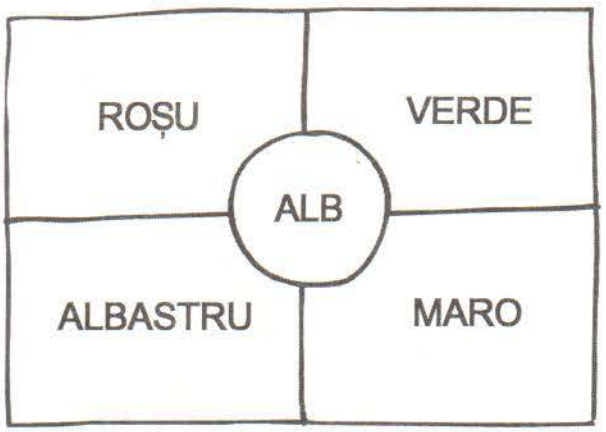
- Forţarea unei larve să o ia într-o anumită direcţie (stânga sau dreapta) face ca cel mai probabil, la sfârşitul labirintului, larva să se îndrepte în aceeaşi direcţie, deşi are două posibilităţi (de a ieşi din labirint)?
- Ai obţinut rezultatul la care te aştepţi?
- Compară acest experiment cu experimentul 10 „Cum îşi formează oamenii judecăţile?" Poţi trage vreo concluzie interesantă?



INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

- Construieşte labirinturi de alte forme şi testează larvele. Labirintul în formă de Y este mai uşor de construit şi oferă multiple posibilităţi de testare.

- Pune larvele într-o cutie de pantofi şi observă ce fac.
- Pune într-o cutie patru hârtii de culori diferite, cu un cerc alb în mijloc. Pune larvele în cercul din mijloc. Vezi dacă poţi afla ce culori preferă? Te aştepţi să prefere culorile mai închise sau pe cele mai deschise? Repetă experimentul folosind hârtie simplă şi hârtie gravată.



- Testează larvele pe diferite texturi – hârtie lucioasă, şmirghel dur, mătase etc. *Avertisment:* Nu folosi produse din lână de oaie (precum cuverturile pentru scaunele de maşină). Larvele se vor încurca în fire şi vor muri.

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

- Când faci experimente ca acesta, realizezi că toate creaturile au preferinţe, comportamente şi obiceiuri. Acele „larve urâte şi mici" par mult mai drăguţe după ce faci acest experiment. Te ajută să scapi de acea senzaţie de scârbă pe care o ai faţă de larve şi, poate, faţă de alte animale.

ŞTIAI CĂ?

- În ce priveşte senzaţia de scârbă, psihologii pot determina oamenii să depăşească aproape orice fel de frică, sau senzaţii neplăcute, folosind metoda numită desensibilizare. Funcţionează astfel: să presupunem că îţi este frică de iepuri. Pentru a te face să îţi depăşeşti frica, un psiholog ar putea începe prin a te face să te simţi confortabil cu un obiect care este cel mai aproape de un iepure real şi pe care să îl poţi suporta – probabil un mic iepure de tinichea. Apoi, ai putea trece la ceva care se apropie mai mult de un iepure real – un iepure de pluş. Apoi, ai putea trece la a privi de la distanţă un iepure în cuşcă şi, în cele din urmă, la a mângâia un iepure real.
- Multe peroane se tem să vorbească în public. Cum ai putea ajuta o astfel de persoană să îşi depăşească frica.
- Dacă există ceva de care te temi sau care îţi displace profund, încearcă să vezi dacă există metode prin care să devii mai familiar cu acesta şi îţi depăşeşti teama. Ai putea începe prin a-ţi reformula sentimentele. În loc de a spune „nu-mi plac (şoarecii, filmele de groază, întunericul)", sau „îmi e teamă de (şoareci, filme de groază , întuneric)", ai putea încerca să spui că „nu înţeleg (şoarecii, filmele de groază, întunericul)". Atunci, când admiţi că nu înţelegi ceva, există o oportunitate de a afla mai multe despre acel lucru şi a-ţi schimba sentimentele faţă de el.

Putem folosi recompense pentru a schimba comportamentul?

Ca şi Experimentul #31, „Putem schimba comportamentul altor persoane?", experimentul de faţă analizează modul în care folosim recompensele, dar în detaliu. Aflăm despre un important *concept psihologic*, denumit condiţionarea operativă. Condiţionarea operativă apare atunci când subiectul primeşte o recompensă pentru că a avut un anumit comportament. Acea recompensă face posibil ca pe viitor el să se comporte le fel ... chiar dacă nu mai primeşte ceva în schimb.

Dacă nu ai făcut Experimentul #31, citeşte „Indicii folositoare despre recompense şi pedepse" de la pagina 118, înainte de a începe acest experiment (Ai putea să reciteşti „indiciile" chiar dacă ai făcut Experimentul #31).

SUBIECŢI

- Un animal de casă sau un membru al familiei

DE CE AI NEVOIE

- O copie a Paginii I a Experimentului de Învăţare, de la pagina 127
- Creion şi hârtie pentru notarea observaţiilor şi a rezultatelor sau o copie a Foii cu datele experimentului, de la pagina 7.

CE TREBUIE SĂ FACI

1. Decide cine va fi subiect şi ce doreşti ca el să facă. Alege un comportament care este posibil şi probabil. *Exemplu:* nu încerca să îl înveţi pe câinele tău să vorbească limba franceză – nu este posibil. Nu încerca să îţi înveţi pisica să cânte la pian – nu este verosimil.
2. Decide cum îţi vei recompensa subiectul. Alege o recompensă care să îl atragă. *Exemplu:* Nu recompensa câinele cu o pălărie nouă. Şi nici nu oferi ca recompensă fratelui tău un os de la măcelărie.
3. Decide cum vei stabili când s-a modificat comportamentul. Cum vei şti că antrenamentul a avut succes?
4. Foloseşte Pagina I a Experimentului de învăţare, pentru a defini termenii specifici ai experimentului tău. Fii extrem de precis. Iată un exemplu în pagina următoare.

EXPERIMENT DE ÎNVĂȚARE – PAGINA I (EXEMPLU)

1. SUBIECT (al cărui comportament vrei să îl schimbi): **Câinele meu Spot.**

2. COMPORTAMENTUL ACTUAL (să fie precizat): **Spot nu dă laba**

3. DORESC CA EL SĂ SE COMPORTE (să fie precizat): **Atunci când îi arăt lui Spot laba lui dreaptă și îi spun „Dă laba", Spot să își ridice laba dreaptă la cel puțin 5 centimetri de la pământ, pentru ca eu să i-o pot scutura.**

4. RECOMPENSA VA FI (ce recompensă folosești? când o acorzi?): **Mâncare cu gust de friptură, trei mângâieri pe cap și cuvintele „câine bun", toate date îndată ce Spot își ridică laba și de fiecare dată când o face. În primele dăți, îi voi ridica eu laba, i-o voi scutura și îi voi da recompensa.**

5. COMPORTAMENTUL S-A MODIFICAT ATUNCI CÂND (cu precizie): **Spot dă laba de două ori la rând fără să primească recompensă, atunci când eu îi arăt laba și îi spun „Dă laba". Dar continui să îl mângâi pe cap și să îi spun „câine bun".**

6. REZULTAT (E): **Spot a învățat să dea laba prin condiționare operativă.**

7. CONCLUZII: **Comportamentul poate fi influențat prin acordarea de recompense.**

CONCLUZII

- Este mai uşor să îţi dresezi animalul de casă atunci când cunoşti legile comportamentului şi cum să le foloseşti.

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

- Odinioară, oamenii nu îşi puneau întrebări cu privire la moralitatea dresajului animalelor şi nici nu se gândeau să ţină animale în casă. Acum însă, există unii care se întreabă dacă este corect ca oamenii să înveţe animalele să facă cascadorii – uneori periculoase – doar pentru amuzament. Alţii se întreabă dacă e corect să ţii animalele în casă. Poate ar fi interesant să afli ce cred oamenii despre asta. Gândesc diferit în funcţie de animal sau de ce este el învăţat să facă?

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

- Regulile care uşurează antrenarea animalelor pot fi folosite pentru antrenarea „fiinţelor umane". Este util să ştii aceste reguli ale învăţării pentru a putea observa propriul comportament şi a-ţi da seama atunci când cineva te „antrenează" sau te manipulează.

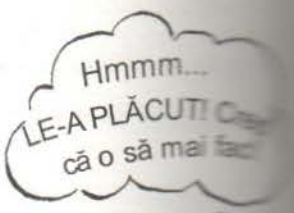
ŞTIAI CĂ?

- Nu este posibil să îţi înveţi animalul de casă să facă tot ceea ce doreşti, pentru că anumite comportamente animale sunt condiţionate de vârsta animalului sau de anumite nevoi naturale. *Exemplu:* Până la o anumită vârstă, un pui de căţel simte nevoia de a mesteca şi nu poate fi deprins să nu facă mizerie. Dacă ştii că animalul tău urmează legile biologici şi nu este doar încăpăţânat, atunci vei avea mai multă răbdare.

Condiţionarea operativă: aşa învaţă un bebeluş să zâmbească?

Totul începe într-o zi când...

Apoi, dintr-odată...



Adulţii vor răspunde cu...
„O, iată! Ce drăguţ!
Bebeluşul a zâmbit!
Cât este de adorabil!"

Comportament → Întărire → Învăţat

(zâmbet) (laudă) (repetat)

CONDIŢIONARE OPERANTĂ

EXPERIMENT PRIVIND ÎNVĂȚAREA – PAGINA I

SUBIECT (al cărui comportament îl vei schimba): _____

_____

COMPORTAMENTUL ACTUAL (să fie precizat): _____

_____

_____

_____

DORESC CA EL SĂ SE COMPORTE (să fie precizat): _____

_____

_____

_____

RECOMPENSA VA FI ÎNDEPĂRTATĂ (ce recompensă vei folosi? cum o vei

): _____

_____

_____

_____

COMPORTAMENTUL S-A MODIFICAT ATUNCI CÂND (să fie precizat): _____

_____

_____

_____

REZULTAT(E): _____

_____

_____

_____

CONCLUZIE(I): _____

_____

_____

_____

_____

Ignorarea unui comportament duce la dispariţia sa?

Îţi sună familiar? Cineva te bruschează, te enervează sau pur şi simplu îţi face viaţa un calvar. Doreşti ca acel comportament să înceteze. Aşa că mergi la un părinte, un profesor, sau la un alt adult şi te plângi. Adultul spune: „Ignoră persoana pur şi simplu şi va înceta". Şi te gândeşti: „Da, desigur...". De fapt, ignorarea unui comportament poate fi o modalitate de a-l face să dispară. Acest experiment continuă să exploreze legăturile dintre recompense şi comportament, dar dintr-un alt unghi.

SUBIECŢI

- Un animal de casă sau un membru al familiei

DE CE AI NEVOIE

- O copie a Paginii a II-a a Experimentului de învăţare, de la pagina 132
- Creion şi hârtie pentru notarea observaţiilor şi a rezultatelor sau o copie a Foii cu datele experimentului, de la pagina 7.

CE TREBUIE SĂ FACI

1. Stabileşte cine va fi subiectul tău şi ce anume doreşti ca el să înveţe să nu mai facă.
2. Stabileşte cum ai recompensat acel comportament în trecut. Decide cum vei retrage acea recompensă.
3. Stabileşte cum vei decide că vechiul comportament nu mai există.
4. Foloseşte Pagina a II-a a Experimentului de învăţare, pentru a defini termenii experimentului tău. Fii precis. Iată un exemplu în pagina următoare.

EXPERIMENT PRIVIND ÎNVĂȚAREA – PAGINA A II-A

1. SUBIECT (al cărui comportament vreau să îl schimb): **Fratele meu de 13 ani – Bob.**

2. COMPORTAMENTUL ACTUAL (să fie precizat): **Bob mă necăjește atunci când îmi ia cărțile de pe raft și le pune pe podea** (Atenție: Bob te poate necăji în multe feluri, dar trebuie să stabilești doar un singur comportament pe care dorești să îl schimbi).

3. DORESC CA EL SĂ SE COMPORTE (să fie precizat): **Vreau ca Bob să nu îmi mai ia cărțile, ele să rămână unde le pun fără ca el să le mai atingă.**

4. RECOMPENSA VA FI ÎNDEPĂRTATĂ (care este recompensa pe care nu o vei mai da? cum vei renunța?) **Am consolidat comportamentul lui Bob țipând la el – acordându-i atenție verbală. Îmi voi retrage acest tip de recompensă (atenția mea) ignorându-l pe Bob atunci când îmi ia cărțile de pe raft. Încet, calm, voi pune din nou cărțile pe raft atunci când Bob nu se uită (sau voi acționa îndată ce el le pune pe podea și le lasă acolo).**

5. COMPORTAMENTUL S-A MODIFICAT ATUNCI CÂND (să fie precizat): **Bob nu îmi mai ia cărțile de pe raft timp de 8 zile la rând.**

6. REZULTAT(E): **Bob a încetat să îmi mai ia cărțile de pe raft.**

7. CONCLUZIE(I): **Renunțarea la o reacție a ajutat la anularea unui comportament nedorit.**

CONCLUZII

- De cele mai multe ori, lumea reacţionează faţă de o atitudine a noastră într-un mod predictibil. Există căi care conduc la recompensele pe care le dorim. Abilitatea de a prevedea rezultatele anumitor gesturi conferă un oarecare control asupra propriei vieţi.
- Poţi folosi cunoştinţele despre legile comportamentului pentru a influenţa lumea din jurul vostru în mod pozitiv. Cum ar fi dacă toată lumea din jurul nostru şi toate guvernele din lume ar fi înţeles legile comportamentului? Ar fi fost ceva diferit? Probabil că totul ar fi fost diferit.

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

- Alege o experienţă de studiu în care eşti implicat. *Exemple:* Învăţarea cuvintelor din vocabular, a conceptelor matematice sau a regulilor de bază ale gramaticii. Defineşte situaţia aşa cum ar descrie-o un experimentator:
  - Descrie experienţa de învăţare în detalii clare şi precise.
  - Spune în ce fel de studiu eşti implicat (verbal, fizic etc.).
  - Descrie recompensele pe care le primeşti.
  - Descrie modul în care se modifică performanţa ta de la un moment la altul
  - Precizează ce fel de reacţie primeşti.
  - Ghiceşte care ar fi modificările în modul de învăţare, care ar avea un efect mai rapid sau mai lent. *Exemple*: aducerea aminte sau uitarea de a te odihni după activitatea practică, primirea sau nu a reacţiei adecvate, primirea sau nu a unor recompense imediat după un anumit comportament.
- Cum te ajută acest tip de gândire să înveţi mai eficient?

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

- Dacă anumite persoane te deranjează, gândeşte-te în ce fel vei reacţiona. Încercă să îţi schimbi propriul comportament. De cele mai multe ori, astfel de persoane nu doresc decât atenţia ta. Ai putea să le acorzi mai multă atenţie atunci când nu te mai deranjează.
- Atunci când un grup de state încearcă să modifice politica sau „comportamentul" unui alt stat, punându-se de acord să nu mai facă comerţ cu statul cel „rău", este echivalentul ignorării unui comportament în speranţa că acesta va dispărea.
- Ignorarea anumitor comportamente este o bună modalitate de a le face să dispară. Dar trebuie să ţii cont de faptul că aceste comportamente s-ar putea înrăutăţi înainte de a dispărea. La început, persoana (sau animalul) care te deranjează va încerca şi mai mult să îţi atragă atenţia. Acum, ştiţi de ce această modalitate de schimbare a comportamentului nu este foarte des folosită. Necesită răbdare. În plus, anumite comportamente nu pot fi ignorate. Te poţi gândi la câteva exemple?

ŞTIAI CĂ?

- Într-un experiment, copiii cooperanţi au fost învăţaţi cum să recompenseze comportamentele dorite şi să le ignore pe cele nedorite ale aşa-zişilor „copii problemă". Apoi, copiii cooperanţi au fost aşezaţi împreună cu copiii problemă în sala lor de clasa a şasea. Nu după mult timp, comportamentele nedorite au dispărut datorită faptului că fuseseră ignorate de ceilalţi copii.
- Şobolanii care mănâncă hrană otrăvită nu vor mai gusta niciodată din acel tip de hrană, chiar dacă nu se îmbolnăvesc după ore întregi de la îngurgitarea acesteia. Asta încalcă două reguli de învăţare: cea care spune că este nevoie de multe repetiţii pentru a condiţiona un răspuns şi cea care spune că întărirea (pozitivă sau negativă) trebuie să fie aplicată imediat după ce un comportament a avut loc.

- Un copil poate învăţa o a doua limbă străină foarte uşor până la vârsta de 12-13 ani. După aceea, este aproape imposibil să vorbeşti fluent o limbă străină. Legile învăţării nu prea explică acest lucru – aşa cum nu explică pe deplin nici creativitatea umană în rezolvarea problemelor.
- S-a descoperit că obsesia jocurilor de noroc sau alte comportamente în care se caută senzaţia sunt rezultatul prezenţei scăzute a unei substanţe chimice din creier, numită norepinefrină. Lipsa acestei substanţe duce la un nivel scăzut al stării de alertă şi la plictiseală. Pentru a scăpa de plictiseală, o persoană caută pericolul, care duce la noi cantităţi de norepinefrină care sunt eliberate în creier.
- Depresia este din ce în ce mai mult asociată reacţiilor chimice care se produc în creier decât evenimentelor care au loc în exterior.

Ei ce câştigă?

De ce fac unele persoane fapte care le aduc probleme? Ce câştigă? Ei nu par a primi vreo recompensă – sau cel puţin nu cele la care ne gândim de obicei. În realitate, ei ar putea să primească „recompense ascunse". Încearcă să descoperi „recompensele ascunse" pentru fiecare dintre persoanele care se comportă în modurile descrise mai jos.

1. Buddy cel brutal loveşte oamenii de pe terenul de joacă, ştiind că va fi trimis în biroul directorului, va avea probleme acasă şi va fi desconsiderat de colegii săi.
2. Sharon negustoreasa vine târziu la muncă, deşi ştie că va avea probleme cu şefii săi şi şi-ar putea pierde slujba de care are nevoie.
3. Gemenii Tim şi Tam se comportă urât în magazin, deşi ştiu că odată ajunşi acasă vor fi puşi să stea la colţ.
4. Ted mănâncă o îngheţată mare în fiecare zi după şcoală, deşi ştie că este supraponderal şi că viaţa lui socială are de suferit.
5. Karla ar putea să ia note mari foarte uşor, dar ea refuză să studieze şi minimul necesar. Ar putea repeta anul.

Câteva „recompense ascunse" posibile

1. S-ar putea ca Buddy să se simtă mai bine stând de vorbă cu adulţii în biroul directorului decât să se joace în curtea şcolii jocuri care îi par stupide şi imature.
2. Este posibil ca Sharon să vrea să aibă curajul să îşi caute o altă slujbă. Ştie că dacă va fi concediată nu are altă şansă.
3. Tim şi Tam au găsit o modalitate de a-i face pe părinţi să îi ducă acasă mai repede atunci când sunt plictisiţi. Sau s-ar putea să le placă atenţia pe care o primesc atunci când se comportă urât.
4. Este posibil ca Ted să fi găsit o modalitate de a-i ţine pe ceilalţi la distanţă şi să evite interacţiunea socială pe care o consideră dificilă şi care îi creează un disconfort.
5. Karla s-ar putea să fi găsit o modalitate de a coborî pretenţiile părinţilor săi, ale profesorilor şi să evite clasa de avansaţi, care necesită mai mult studiu.

Există comportamente negative pe care continuaţi să le faceţi pentru a primi recompense ascunse?

EXPERIMENT PRIVIND ÎNVĂȚAREA – PAGINA A II-A

1. SUBIECT (al cărui comportament îl vei schimba): _____

2. COMPORTAMENTUL ACTUAL (să fie precizat): _____

3. DORESC CA EL SĂ SE COMPORTE (să fie precizat): _____

4. RECOMPENSA VA FI ÎNDEPĂRTATĂ (care este recompensa pe care vei renunța să o mai dai? cum vei renunța?): _____

5. COMPORTAMENTUL S-A MODIFICAT ATUNCI CÂND (să fie precizat): _____

6. REZULTAT(E): _____

7. CONCLUZIE(I): _____

Putem recompensa creativitatea?

Recompensele primite din exterior pot influenţa comportamentul. Dar recompensele vin şi din interiorul nostru. Când ceva făcut de noi îşi are propria recompensă, cele venite din exterior pot deveni obstacole. Acest experiment analizează ce se întâmplă atunci când încercăm să recompensăm pe cineva pentru creativitate.

SUBIECŢI

- Orice număr de persoane, pe care le împarţi în două grupuri de mărime egală (Grurpul A şi Grupul B)

DE CE AI NEVOIE

- Copii ale Testului de creativitate, de la pagina 135, pentru fiecare subiect
- Creioane pentru subiecţi
- Creion şi hârtie pentru notarea observaţiilor şi a rezultatelor, sau o copie a Foii cu datele experimentului, de la pagina 7

CE TREBUIE SĂ FACI

Testează fiecare grup separat. Acordă fiecărui grup 15 minute pentru a completa Testul de creativitate.

1. Spune persoanelor din grupul A că le vei da un Test de creativitate. Explică-le că trebuie să dea cât mai multe răspunsuri creative. Spune-le că acest test este pentru amuzament şi nu va fi punctat. Roagă-i să nu îşi scrie numele nicăieri pe test.
2. Spune persoanelor din grupul B că le vei da un Test de creativitate. Explică-le că trebuie să dea cât mai multe răspunsuri creative. Spune-le că acest test va fi punctat şi că cele mai creative răspunsuri vor fi premiate. Roagă-i să îşi scrie numele pe spatele foii de test.
3. Strânge testele şi examinează-le pe fiecare în parte. Acordă câte 2 puncte pentru fiecare răspuns care vi se pare deosebit de creativ. Poţi acorda puncte răspunsurilor care îţi par unice – pe care nu le mai găseşti la nimeni.

CONCLUZII

- După ce ai notat testele, uită-te care sunt semnate. *Sunt răspunsurile la testele semnate mai creative decât celelalte sau este invers?* Posibilitatea de a primi recompense a ajutat sau, dimpotrivă, a avut o influenţă negativă asupra creativităţii.
- Dacă recompensele nu ajută la sporirea creativităţii, atunci ce ar ajuta?
- Este posibil ca oamenii creativi să fie mai puţin receptivi la recompense?

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

- Analizează vieţile şi operele unor mari artişti, compozitori, vedete (inclusiv vedete rock-and-roll) şi scriitori. Poţi descoperi ceva care să indice că recompensele exterioare au avut efecte negative asupra creativităţii lor sau că i-au făcut nefericiţi?
- Un studiu a demonstrat că acei copii recompensaţi pentru că jucau anumite jocuri au devenit mai puţin interesaţi de acestea (puteţi transforma asta într-un alt experiment).

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

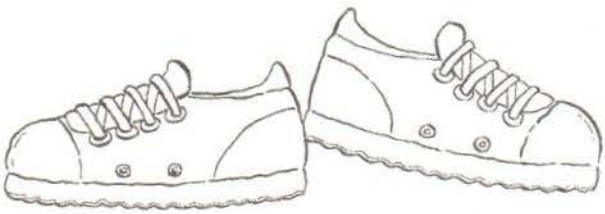
- *Gândeşte-te la momentele în care ai primit o recompensă pentru că ai făcut ceva care îţi făcea plăcere.* Activitatea ta creativă a început să semene cu munca?

ŞTIAI CĂ?

- Într-un studiu în care au fost implicaţi copii de şcoală primară, artişti profesionişti şi scriitori, toţi au devenit mai puţin creativi atunci când au crezut că muncesc pentru o recompensă exterioară.
- Într-un alt studiu, cimpanzeii erau foarte ocupaţi să picteze cu proviziile care le erau oferite – până când au început să fie recompensaţi. De atunci, picturile s-au împuţinat ca număr, iar calitatea lor a scăzut.
- Noi presupunem că toate comportamentele pozitive ar trebui recompensate. Dar, de fapt, sunt situaţii în care recompensele nu ar trebui să fie utilizate. Te poţi gândi la exemple proprii?

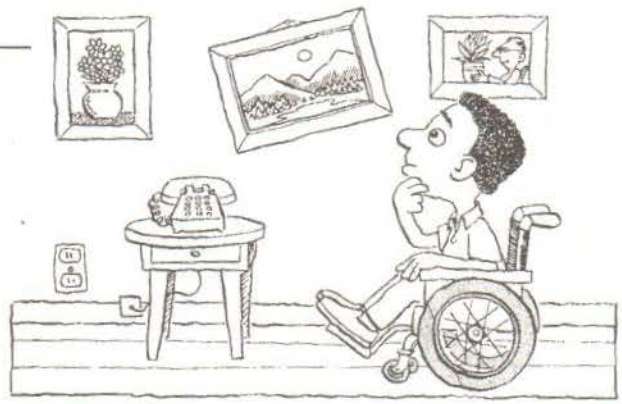
TEST DE CREATIVITATE

Îmbunătățește acești tenișI în cât mai multe moduri posibile pentru a crește vânzările.



Dă-i acestei imagini un titlu creativ.

_____



Răspunde la următoarele trei întrebări:

A. Care este asemănarea dintre timp și spaghete?

_____

_____

_____

B. Care este asemănarea dintre un super-market și un muzeu de artă?

_____

_____

_____

C. Care este asemănarea dintre viață și o tablă de joc?

_____

_____

_____

Completează: Viața este precum _____

pentru că _____

Recompensele şi succesul sunt unul şi acelaşi lucru?

Recompensele sunt adesea confundate cu succesul. Acesta este unul dintre motivele pentru care un om bogat şi celebru poate fi nefericit. Chiar primind nenumărate recompense, o persoană poate să nu trăiască sentimentul succesului.

SUBIECŢI

- Un număr suficient de persoane, pe care să le puteţi împărţi în 3 grupuri, care să joace 3 jocuri diferite (subiecţii trebuie să aibă vârste apropiate şi abilităţi similare pentru a juca acele jocuri)

DE CE AI NEVOIE

- 3 jocuri: unul care să fie extrem de uşor pentru subiecţi, unul care să aibă o dificultate potrivită şi un al treilea care să fie mult prea greu pentru ei (*Exemple:* Pentru copiii de 15 ani ai putea alege Candyland (prea uşor), Monopoly (cel mai potrivit) şi Bridge (prea greu dacă nu au mai jucat niciodată)
- Un cronometru
- Copii ale Formularului de notare a jocului, de la pagina 138, câte una pentru fiecare subiect
- Creioane pentru fiecare dintre ei
- Creion şi hârtie pentru notarea observaţiilor şi a rezultatelor sau o copie a Foii cu datele experimentului, de la pagina 7

CE TREBUIE SĂ FACI

Aşază fiecare grup de jucători în camere separate sau în colţuri diferite ale aceleiaşi camere. Nu îi lăsa să vadă ce joc joacă celelalte grupuri, pentru că ar putea să ghicească scopul experimentului.

1. Dă fiecărui grup câte un joc: unui grup, jocul cel uşor, altuia, pe cel mediu, şi ultimului grup, pe cel mai greu.
2. Spune-le că pot să continue să joace cât vreme se simt bine – cel mult 45 de minute. Dar explică-le că trebuie să se joace cel puţin 20 de minute.

CONCLUZII

- Notează pentru fiecare grup timpul după care se opreşte din joc.
- După ce toate cele trei grupuri au început să se joace, dă fiecăruia o copie a Formularului de notare a jocului să o completeze. Strânge foile şi citeşte răspunsurile. La ce concluzie ajungi?

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

- Încercă acelaşi experiment cu jocuri de cuvinte sau cu puzzle-uri. Cum te simţi când le rezolvi? Te simţi mândru şi învingător atunci când rezolvi un joc uşor? Te simţi prost sau bine, atunci când încerci să rezolvi un joc care este mult prea greu pentru tine?

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

- Dacă eşti o persoană talentată eşti obişnuită cu experienţa de a primi recompense, premii şi laude, pentru care nu a trebuit să munceşti prea mult. Eşti familiarizată şi cu frustrarea pe care o are cineva când trebuie să pretindă că învaţă ceva ce deja ştie. Acest experiment te ajută să explici aceste sentimente unei persoane care nu le-a trăit.

ŞTIAI CĂ?

- Michael Jordan ar fi putut să continue să joace baschet. Dar a găsit o altă provocare: baseball-ul. El pare să ştie diferenţa dintre succes şi recompensă. Cum îl transformă asta într-un model?
- Plictiseala mentală poate duce la boală. Studiile au descoperit că rata de îmbolnăvire de cancer este mai mare la persoanele care nu au suficiente provocări pentru satisfacerea abilităţilor intelectuale.
- Un elev mediu are nevoie să revadă de 8 ori un material nou pentru a-l învăţa. Un elev talentat are nevoie să vadă subiectul doar de două ori. Ce face elevul talentat în perioada în care elevul mediu încă mai învaţă?
- Cercetătoarea Marian Diamond, care studiază creierul, a pus şobolani tineri într-un mediu îmbunătăţit, unde puteau să exploreze şi să înveţe mai mult. Straturile exterioare la creierului şobolanilor au devenit mai groase.

Recompense *vs.* Succes

Recompense...

1. Vin din exterior.
2. Sunt acordate la sfârşitul unei evoluţii, a unui proiect.
3. Au legătură cu ceea ce vrea lumea să vadă că faci.
4. Pot să reprezinte sau nu ceva care să te fi provocat.

Succes...

1. Se simte în interior.
2. Este trăit în orice etapă a proiectului sau a evoluţiei, nu doar la sfârşit.
3. Provine din propriile ţeluri şi din ceea ce încerci să realizezi.
4. Necesită să te simţi măcar puţin provocat de ceea ce faci. Ar trebui să existe cel puţin o posibilitate slabă de eşec.

FORMULAR DE NOTARE A JOCULUI

Denumirea jocului pe care l-ai jucat

NOTE

Cum te-ai simțit în timpul jocului? Dă fiecăruia dintre sentimentele următoare câte o notă de la 0 la 5, în funcție de cât de puternic ați simțit acel sentiment în timpul jocului.

0 = nu l-am simțit deloc **5 = l-am simțit puternic**

SENTIMENT	NOTĂ
1. Frustrare	____
2. Succes	____
3. Plictiseală	____
4. Mândrie	____

DA SAU NU?

Ai câștigat jocul?	DA	NU
Ți-a păsat?	DA	NU

ALTE COMENTARII:

_____

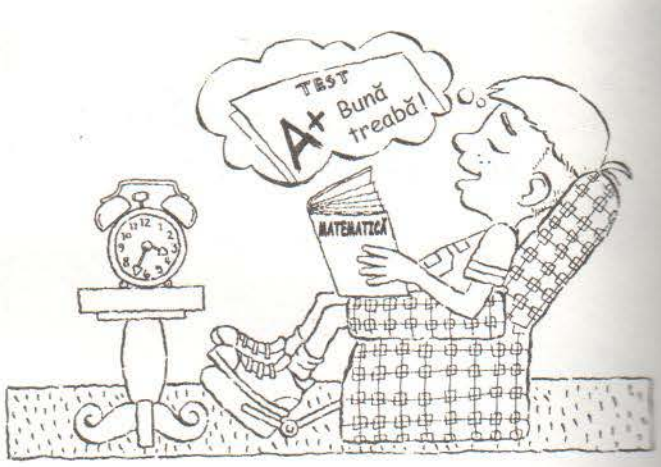
_____

_____

_____

_____

MEMORIE ȘI ÎNVĂȚARE



Învăţăm mai mult dacă ne odihnim între activităţi practice?

Cunoşti zicala: „Practica duce la perfecţiune". Dar există multe metode de a desfăşura activităţi practice. Există unele metode „mai perfecte" decât altele? Acest experiment compară două modalităţi de a desfăşura o activitate practică. Care este mai bună dintre cele două?

SUBIECŢI

- Două persoane (subiectul A şi subiectul B)

DE CE AI NEVOIE

- Câte cinci foi de hârtie pentru fiecare subiect, numerotate de la 1 la 5 (în total 10)
- Creioane pentru subiecţi
- Un cronometru sau un ceas cu secundar.
- Creion şi hârtie pentru notarea observaţiilor şi a rezultatelor sau o copie a Foii cu datele experimentului, de la pagina 7

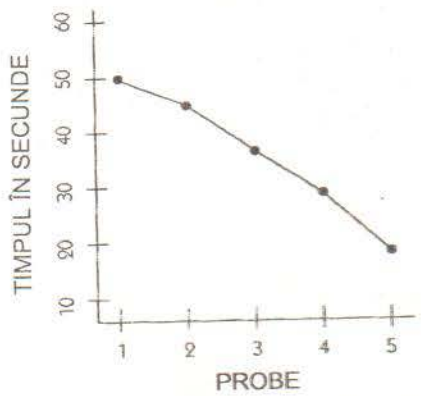
CE TREBUIE SĂ FACI

Testează fiecare subiect separat.

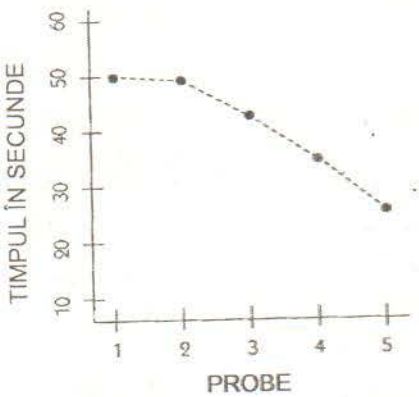
1. Acordă fiecărui subiect 60 de secunde pentru a scrie alfabetul de la sfârşit la început.
2. Pentru subiectul A: repetă testul de cinci ori, cu 45 de secunde pauză după fiecare alfabet scris. Dă-i câte o nouă foaie de hârtie de fiecare dată.(Începe cu 1, apoi 2 etc.).
3. Pentru subiectul B: repetă testul de cinci ori, fără nicio pauză. Dă subiectului câte o coală nouă de hârtie de fiecare dată. (Începe cu 1, apoi 2 etc.).
4. Cronometrează fiecare încercare. Măsoară scrisul şi progresul fiecăruia. Care dintre cei doi a fost în stare să scrie alfabetul invers mai repede, la sfârşitul testului?

Exemple de grafice cu rezultate:

Graficele voastre ar putea arăta astfel:

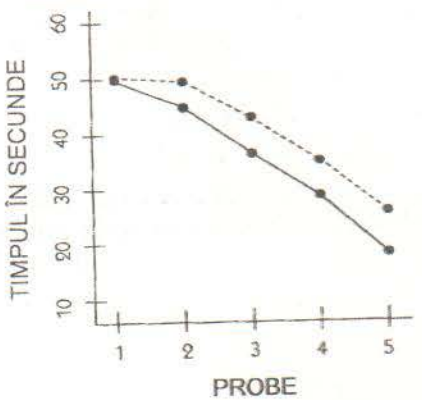


Subiectul A: (care se odihneşte între probe)



Subiectul B: (care nu se odihneşte între probe)

Sau poţi proiecta rezultatele într-un singur grafic, precum:



Subiectul A: linie continuă
Subiectul B: linie punctată

CONCLUZII

- *De cele mai multe ori, cel care se odihneşte între activităţi îşi îmbunătăţeşte timpul mai repede decât celălalt. De ce se întâmplă asta?*

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

- Repetă experimentul cu alte două persoane, dacă rezultatele primului test au provenit din capacităţile diferite ale celor doi. Cu cât vei repeta de mai multe ori experimentul cu atât rezultatele vor fi mai adevărate şi mai corecte.
- Repetă experimentul cu o probă fizică, precum aruncarea la coşul de gunoi a hârtiilor mototolite în stilul de aruncat la coşul de baschet.

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

- Ceea ce înveţi din acest experiment îţi poate fi util la practicarea sporturilor, la studiu, la repetarea unei piese de teatru sau la studierea unui instrument muzical, într-un mod mai eficient şi cu rezultate mai bune. Practica constantă este mai mult muncă – dar nu funcţionează la fel de bine.

ŞTIAI CĂ?

- Dacă te forţezi să continui practica chiar şi atunci când eşti foarte obosit şi începi să faci greşeli, te supui la şi mai multă muncă: să te dezobişnuieşti de ce ai învăţat în timpul unei practici ineficiente.

Este mai uşor să îţi aminteşti ceva semnificativ?

O memorie mai bună face viaţa mai uşoară. Probabil acesta este motivul pentru care au fost efectuate atât de multe cercetări pentru a descoperi de ce oamenii îşi pot aminti de unele lucruri mai repede decât de altele. Acest experiment arată cum semnificaţia influenţează memoria.

SUBIECŢI

- Două grupuri de persoane (grupul A şi grupul B), fiecare având acelaşi număr de indivizi

DE CE AI NEVOIE

- Hârtie şi creion pentru fiecare persoană
- Creion şi hârtie pentru notarea observaţiilor şi a rezultatelor sau o copie a Foii cu datele experimentului, de la pagina 7

CE TREBUIE SĂ FACI

Testează cele două grupuri individual.

1. Spune Grupului A: „Vă rog scrieţi Grupul A în partea de sus a foii. Vă voi citi o listă de cuvinte. Când voi termina de citit, vă rog să scrieţi pe foaie câte cuvinte vă amintiţi, în orice ordine. Nu începeţi să scrieţi până când nu am terminat de citit". Când toată lumea este pregătită, citeşte cu voce tare următoarea listă de cuvinte:
   - drăguţ
   - deştept
   - mic
   - politicos
   - aspru
   - portocaliu
   - cutat
   - micuţ
   - dulce
   - onest
   - trist
   - puternic
   - ciudat
   - interesant
   - practic

Spune Grupului B: „Vă rog scrieți Grupul B în partea de sus a foii. Vă voi citi o listă de cuvinte. Când voi termina de citit, vă rog să scrieți pe foaie câte cuvinte vă amintiți, în orice ordine. Nu începeți să scrieți până când nu am terminat de citit". Când toată lumea este pregătită, citește cu voce tare următoarea listă de cuvinte:

- drăguț
- deștept
- mic
- politicos
- aspru
- alună
- unt
- jeleu
- dulce
- onest
- trist
- puternic
- ciudat
- interesant
- practic

CONCLUZII

În general, este mai ușor să ne amintim primul sau ultimul cuvânt dintr-o astfel de listă și mai greu să ni le amintim pe cele din mijloc. Dar, din lista pe care ai citit-o grupului B, mijlocul care este uitat în mod normal conține trei cuvinte: „alună", „unt" și „jeleu". Grupul B ar trebui să își amintească mai des aceste cuvinte, decât își amintește grupul A cele trei cuvinte neînrudite („portocaliu", „cutat" și „micuț") din mijlocul listei pe care le-ai citit-o.

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

- Roagă un prieten să facă un experiment cu tine. Spune cu voce tare oricare trei litere din alfabet. Imediat, roagă prietenul să numere invers, din trei în trei, începând cu 100 (100, 97, 94, 91...). Așteaptă 20 de secunde și roagă prietenul să repete cele trei litere pe care le-ai spus. Este posibil ca prietenul tău să fi uitat aceste trei litere, pentru că sarcina pe care i-ai dat-o a interferat cu memoria lui.
- Repetă experimentul cu alt prieten, numai că de data aceasta spune trei cuvinte, nu trei litere. Observați dacă apar diferențe.

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

- Îți poți îmbunătăți șansele de a-ți aminti informații noi dacă aceasta este prezentată într-un sens semnificativ pentru tine. Încearcă să faci ca lucrurile neînrudite să pară corelate atunci când le înveți
- Activitatea mai redusă sau interferența mai scăzută între momentul în care înveți și cel al testului cresc șansele să îți amintești în timpul testării. Asta înseamnă că, dacă ai un examen important în ziua următoare, vei studia chiar până a merge la culcare. După ce ai terminat de învățat, încearcă să faci cât mai puține lucruri. Dacă ai un examen despre un anumit subiect, nu studia și alte materii. Orice documentare suplimentară va interfera cu cea ce vrei să îți amintești în momentul examenului.

ȘTIAI CĂ?

- Este mai ușor să îți amintești ceva dacă te afli în aceeași cameră sau situație ca în momentul în care ai învățat prima dată. Încearcă să înveți ceva purtând aceleași haine pe care le vei purta în momentul testării. Vezi dacă te ajută să îți amintești mai ușor informația de care ai nevoie.

Înveţi ceea ce crezi că înveţi?

Subiecţii unui experiment au învăţat că primesc o recompensă dacă aleg cartonaşul A în locul cartonaşului B.

Cartonaşul A

Fără premiu

Cartonaşul B

Cu premiu

În următoarea parte a experimentului, subiecţilor li s-au arătat cartonaşul B şi cartonaşul C.

Pe care l-au ales?

Au continuat subiecţii să aleagă cartonaşul B? Nu. Ei au ales cartonaşul C, mai închis la culoare.

De fapt, subiecţii nu au învăţat să aleagă cartonaşul B. În schimb, au învăţat să aleagă cartonaşul mai închis la culoare. (În timpul experimentului, locurile cartonaşelor au fost schimbate între ele, astfel încât un cartonaş nu a fost întotdeauna în partea stângă sau dreaptă. În caz contrar, nu am fi ştiut dacă subiecţii au învăţat să aleagă cartonaşul din partea dreaptă sau stângă.)

În mod similar, atunci când un copil este plesnit pentru că a făcut ceva, noi am putea crede că acesta a învăţat să nu facă acel lucru. De fapt, copilul ar putea învăţa că oamenii mari îi pot determina pe cei mici să facă ce vor ei prin forţă.

Este neputința un comportament învățat?

Oamenii care ajung să creadă că acțiunile lor au un efect minor sau nu au deloc efect asupra mediului lor existențial ar putea pur și simplu renunța să mai trăiască și să mai încerce. În loc să fie crescuți acolo unde recompensele se câștigă, iar pedepsele pot fi evitate, unii oameni au crescut acolo unde recompensele și pedepsele au fost atribuite în momente nepotrivite și au părut că nu au legătură cu ceea ce au făcut ei sau cu ceea ce nu au făcut. Ei nu pot înțelege regulile jocului pentru că acestea se schimbă de la un moment la altul.

SUBIECȚI

- Două grupuri de persoane (grupul A și grupul B), fiecare având același număr de indivizi care pot fi grupați în perechi

DE CE AI NEVOIE

- Hârtie și creion pentru fiecare dintre subiecți
- Un cronometru sau un ceas
- Foarfeci
- Un set de „cartonașe de neputință" (vezi pagina 147) pentru fiecare persoană din grupul B
- Creion și hârtie pentru notarea observațiilor și a rezultatelor sau o copie a Foii cu datele experimentului, de la pagina 7

CE TREBUIE SĂ FACI

Împarte fiecare grup în perechi. Explică-le că vor juca Tic-Tac-Toe timp de 15 minute.

Spune grupului A că va juca după regulile normale. De câte ori va fi primul care completează o linie cu X sau cu O (orizontal, vertical sau în diagonală) câștigă acel joc.

3. Spune grupului B că va juca după reguli speciale. Spune: „la sfârșitul jocului, veți întoarce un cartonaș și veți spune cine este câștigătorul". Dă fiecărei perechi de jucători din grupul B un set de „cartonașe ale neputinței" întoarse cu fața în jos. Explică-le că dacă folosesc toate cartonașele vor fi nevoiți să le amestece din nou, pentru a le refolosi.
4. Instruiește grupurile pentru începerea jocului. Strigă „gata" după 15 minute.

CONCLUZII

- Discută cu ambele grupuri ce s-a întâmplat în timpul jocului. S-a plictisit cineva? Cum au jucat? Cum s-au simțit în timpul jocului? Și-a pierdut cineva interesul în încercarea de a trasa o linie de X sau de O?

INVESTIGHEAZĂ MAI MULT

- Experimentează această reacţie cu lumânări surpriză care nu se sting. Cât durează înainte ca persoana sărbătorită să renunţe de a mai stinge şi râde la acea glumă.

DE CE ESTE IMPORTANT PENTRU TINE

- Atunci când comportamentul tău obţine o reacţie diferită şi imprevizibilă de fiecare dată, e ca şi când nu ai primi nicio reacţie. Dacă nu primeşti o reacţie suficientă sau nu primeşti deloc o reacţie cu privire la ce merge şi ce nu merge bine, sfârşeşti prin a te simţi neputincios – ca şi când „lucrurile mi se întâmplă mie" şi nu „eu pot să fac lucrurile să se întâmple". Aceasta se numeşte *învăţarea neputinţei*.
- Dacă vei fi vreodată implicat în educaţia tinerilor, ţine minte cât este de important să păstrezi regulile.
- Părinţii şi copiii, soţii şi soţiile, prietenii, colegii şi societatea în ansamblu, toţi pot face faţă la aproape orice dacă ştiu la ce să se aştepte.

ŞTIAI CĂ?

- Experimentele au demonstrat că bebeluşii care primesc ceea ce le trebuie atunci când plâng nu devin mai plângăcioşi. În schimb, învaţă, destul de repede, alte metode de a obţine ceea ce vor. Ei învaţă să facă lucruri pentru ei şi să aibă încredere în capacităţile lor de a controla lumea din jur.
- Când animalele sunt puse într-o situaţie neplăcută din care nu pot scăpa, nu mai încearcă să scape. Dar când mai târziu sunt puse într-o altă situaţie neplăcută din care au o posibilitate de a scăpa uşor, ele nu vor mai încearca să scape. Te poţi gândi la nişte comportamente pe care să le înţelegi după acest experiment?
- Societatea oferă una sau două reacţii pentru oamenii care s-au obişnuit să fie neputincioşi. Una dintre reacţii este să îi condamne (sunt leneşi şi primesc ce merită). Cealaltă reacţie este să îi ajuţi oferindu-le bani. Oamenii neputincioşi au nevoie să înveţe că acţiunile lor pot avea şi chiar au rezultate previzibile în timp. Ei au nevoie să experimenteze modul în care pot controla lucrurile care li se întâmplă.
- Situaţiile prezentate în continuare conţin idei inhibitorii pentru toţi cei care nu corespund modelului indicat, dar indivizii nu trebuie să rămână cantonaţi în ele.

CÂȘTIGĂ CEL MAI ÎNALT	CÂȘTIGĂ CEL CU PĂRUL MAI MARE	CÂȘTIGĂ CEL CARE LOCUIEȘTE CEL MAI APROAPE DE ȘCOALĂ	CÂȘTIGĂ CEL SLAB
CÂȘTIGĂ CEL MAI SCUND	CÂȘTIGĂ CEL CU PĂRUL MAI SCURT	CÂȘTIGĂ CEL CARE LOCUIEȘTE CEL MAI DEPARTE DE ȘCOALĂ	CÂȘTIGĂ CEL MAI CORPOLENT
CÂȘTIGĂ CEL MAI DESCHIS LA CULOARE	CÂȘTIGĂ CEL CU PĂRUL DREPT	CÂȘTIGĂ CEL CARE ARE MAI MULTE ANIMALE DE CASĂ	CÂȘTIGĂ CEL CARE POARTĂ MAI MULT ROȘU
CÂȘTIGĂ CEL MAI ÎNCHIS LA CULOARE	CÂȘTIGĂ CEL CU PĂRUL MAI ONDULAT	CÂȘTIGĂ CEL CU CELE MAI PUȚINE ANIMALE DE CASĂ	CÂȘTIGĂ CEL CARE POARTĂ MAI MULT ALBASTRU

LA FINAL, CE AM ÎNȚELES?

Cel mai important experiment dintre toate

Viaţa a fost comparată cu o piesă de teatru, cu un circ, chiar şi cu un castron cu cireşe. Dar dacă te opreşti puţin şi te gândeşti, viaţa seamănă mai degrabă cu o serie de experimente interesante, care au loc în acelaşi timp. Viaţa ta este un experiment, ca şi a mea. Când drumurile noastre se întâlnesc – ca atunci când citeşti această carte –, facem parte din acelaşi experiment. Nu trebuie să fii un om de ştiinţă pentru a putea observa toate experimentele de viaţă care se petrec în jurul tău, dar vei vedea mult mai multe şi vei putea să înveţi mult mai multe din ceea ce vezi dacă îţi aminteşti o serie de reguli ale observaţiei ştiinţifice pe care le-ai învăţat din *Psihologia pentru copii II*:

- Încearcă să ghiceşti aşteptările celorlalţi, să afli care ar fi „ipoteza vieţii". Gândeşte-te la cum le-a fost influenţat eşecul sau succesul de aceste aşteptări.
- Gândeşte-te la propria ipoteză de viaţă. La ce te aştepţi din partea celorlalţi, din partea ta şi de la viaţă?
- Care este pentru tine „definiţia operaţională" a succesului? Dar a eşecului? Cum vei decide dacă ai ratat sau pur şi simplu ai mai învăţat ceva care nu merge... probabil în încercarea de a învăţa ceva care merge?
- Ce se întâmplă atunci când adaugi muncă asiduă, cunoştinţe şi responsabilitate în experimentarea propriei vieţi?
- Ce se întâmplă când adaugi un cuvânt de încurajare sau o măsură în plus în înţelegerea experienţelor altor persoane?

Experimentul pe care l-am făcut împreună – această carte – este la sfârşit, dar rezultatele nu le-am aflat încă. Experimentele psihologice te-au învăţat o parte din regulile de bază din spatele comportamentului uman. Ai devenit conştient de motivul pentru care oamenii se comportă într-un anumit fel. Poţi prezice mai uşor modul în care unii ar putea reacţiona la ceea ce faci sau spui. Toate aceste noi cunoştinţe vor avea o influenţă asupra a ceea ce vezi, ce faci şi asupra modului în care decurge experimentul propriei tale vieţi.

Faptul că nu există două persoane care să treacă prin viaţă luând aceleaşi decizii, sau având parte de aceleaşi provocări, face fiecare viaţă o capodoperă a creativităţii – propriul tău experiment unic. Cunoaşterea mai multor aspecte despre alte persoane are cu siguranţă un efect pozitiv asupra rezultatelor tale.

Întreabă-te!...

Acum, după ce ai citit *Psihologia pentru copii II* și ai făcut niște experimente.....

1. Ești un observator mai bun?
2. Pui mai multe întrebări, faci mai multe investigații?
3. Descoperi că preiei controlul unei situații mai des și că atunci când nu îți place cum evoluează lucrurile cauți abordări diferite?
4. S-au modificat părerile despre oamenii din viața ta – părinți, alți adulți, tineri, cupluri, profesori?
5. S-a modificat modul fundamental de a vedea natura umană? Descoperă făcând testul „Ești îndrăzneț sau prudent.....", de la paginile 1-2. Este posibil să fi făcut acest test înainte. Dacă da, mai fă-l o dată. Apoi, compară rezultatele pentru a descoperi dacă testele făcute din această carte au avut vreo influență. (În știință, aceasta se numește „pre-test" și „post-test").
6. Îți dai seama acum mai bine ce este un psiholog? (Poți să scrii corect psihologie? Închide ochii și încearcă!)
7. Vrei să înveți mai multe despre oameni și despre psihologie? Dacă da, cu ce vei începe? Pe cine vei întreba? Unde te poți duce? Poți începe prin a folosi o parte din ideile și întrebările noastre și prin a încerca câteva din experimente. Folosește Idei pentru alte experimente, de la pagina 8, pentru a crea planuri pentru noi descoperiri.

Bibliografie

Bandler, Richard. *Using Your Brain for a Change.* Moab, UT: Real People Press, 1985.

Briggs, John. *Fire in the Crucible.* Los Angeles: Jeremy, P. Tarcher, Inc., 1990.

Chance, Paul. „Your Child's Self-Esteem". *Parents.* January 1982, p. 54-59.

Coon. Dennis. *Introduction to Psychology: Exploration and Application.* St. Paul, MN: West Publishing Company, 1992.

Cytowic, Richard E. *The Man Who Tasted Shapes.* New York: G.P. Putnam's Sons, 1993.

Edwards, Betty. *Drawing on the Artist Within.* New York: Simon & Schuster, Inc., 1987.

Feltman, R.S. *Elements of Psychology.* New York: McGraw-Hill, 1992.

Gardner, Howard. *Creative Minds.* New York: Basic Books, HarperCollins Publishers, 1993.

Gerow, J.R. *Psychology: An Introduction.*3d ed. Glenview, IL: Scott Foresman, 1992.

Gregory, Richard L. *The Oxford Companion to the Mind.* Oxford: Oxford University Press, 1987.

Hall, Edward T. *The Hidden Dimension.* New York: Anchor Books, Doubleday, 1990.

Hunt, Morton. *The Story of Psychology.* New York: Doubleday, 1993.

Kohn, Alfie. *Punished by Rewards.* Boston: Houghton Mifflin Company, 1993.

„Males and Females and What You May Not Know about Them". *Changing Times.* September 1981, p. 35-42.

Pines, Maya. „Can a Rock Walk?". *Psychology Today.* November 1983, p. 44-54.

Plotnik, R. *Introduction to Psychology.* 3 rd ed. Pacific grove, CA: Brooks-Cole, 1993.

Sdorow, L. *Psychology.* 2 nd ed. Dubuque, IA: Wm. C. Brown, 1993.

Shepard, Roger N. *Mind Sights; Original Visual Illusion, Ambiguities, and Other Anomalies.* New York: W.H. Freeman and Co., 1990.

Snyder, Mark. „Self-Fulfilling Stereotypes". *Psychology Today.* July 1982, p. 60-68.

Wade, C., și C. Travis. *Psychology.* 3 rd ed. New York: HarperCollins, 1993.

Warga, Claire. „You Are What You Think". *Psychology Today.* Septembrie 1988, p. 55-58.

Winner, Ellen. „Where Pelicans Kiss Seals". *Psychology Today.* August 1986, p. 24-35.